AROMATHÉRAPIES

Panorama des approches et thérapies complémentaires

AROMATHÉRAPIE SCIENTIFIQUE

D'après *L'aromathérapie exactement* de Pierre Franchomme, Roger Jollois et Daniel Pénoël

HISTORIQUE DE L'USAGE DES PLANTES

Les 3 grands berceaux de la civilisation aromatique sont l'Indus, la Chine et le Bassin méditerranéen (Mésopotamie, Egypte, Ethiopie, Perse, Grèce, Empire romain). Cependant, des découvertes prouvent que les plantes ont été utilisées de tous temps, sur tous les continents par les hommes pour se soigner.

L'histoire de l'aromathérapie peut se résumer à quatre époques. La première était caractérisée par l'usage des plantes à l'état brut dans l'alimentation, puis sous forme de macération et enfin d'infusion et de décoction. Dans un second temps, elles ont été employées brûlées ou mises à macérer dans une huile végétale.

Une troisième évolution a conduit à la découverte, par les Musulmans, du procédé d'extraction par entraînement à la vapeur d'eau (distillation) et l'obtention de l'huile essentielle proprement dite. La tradition alchimique, intégrant la distillation, était très enracinée en pays musulman. L'importante utilisation d'épices et d'extraits aromatiques que fit l'Occident dès le Moyen-Age fut sans doute en grande partie liée aux croisades. Enfin, l'époque moderne connaît un renouveau d'intérêt et la connaissance des composants sont pris en compte pour expliquer leurs activités chimiques, biochimique et électronique grâce aux travaux de recherches scientifiques depuis les années 70.

L'époque moderne a été marquée par les travaux scientifiques de nombreux chercheurs dont 2 lyonnais: René Maurice Gattefossé qui publia de nombreux ouvrages de 1928 à 1938, le pharmacien Sévelinge qui consacra sa vie au développement de l'aromathérapie en médecine humaine et vétérinaire. Dans les années 60, le Dr Jean Valnet lança un mouvement de renaissance auprès des médecins et des patients avec la publication de son ouvrage *l'Aromathérapie* pour ne citer qu'eux.

Depuis la seconde moitié des années 70, Pierre Franchomme et son discipline Danièle Penoël en collaboration avec de nombreux médecins ont fait avancer la recherche. Un des apports fondamentaux de Pierre Franchomme est l'application pratique de la notion de chémotype, il est aussi l'inventeur du référentiel électrique qui permet la « lecture » des propriétés d'une huile essentielle par ses caractéristiques biochimiques et électriques.



LOCALISATION DES CELLULES SÉCRÉTRICES ISOLÉES OU ORGANISÉES EN BANDES

Les plantes aromatiques comportent trois principales catégories d'appareils sécréteurs: les poils glandulaires épidermiques, les poches et les canaux glandulaires schizogènes ou schizolysigènes.

Les structures glandulaires et les cellules sécrétrices isolées peuvent se rencontrer dans tous les organes végétaux, végétatifs, et reproducteurs : sommités fleuries des Lamiacées (lavande vraie, sauge officinale), graines (ambrette), racines (vétiver).

Le même type de poils glandulaires épidermiques est présent chez les représentants de la famille des Lamiacée ainsi que dans nombre d'autres familles dont celles des: Verbénacées, Astéracées, Moracées, Géraniacées, etc qui, suite à une action mécanique ou à une variation hygrométrique, se déchirent et libèrent leur contenu : l'essence aromatique.

La présence de glandes intralimbiques est caractéristique des représentants de la famille des Myrtacées (Melaleuca, Myrtus, Eugenia, etc.), mais également des Myoporacées, des Rutacées, et des Hypéricacées

Les Rutacées, en particulier les Citrus, présentent des structures identiques au niveau de leurs feuilles et de l'épicarpe de leurs fruits. Chez ces derniers, elles saillent en surface, donnant un aspect granuleux: ce sont les glandes schizolysigènes.

Les bois odorants présentent souvent ce type de morphologie, en particulier chez les Lauracées et les Santalacées.

Les glandes schizogènes sont également présentes dans un grand nombre d'autres familles: Géraniacées, Papilionacées, Rosacées, Euphorbiacées, Astéracées, Rubiacées, etc.

Les glandes schizolysigènes, quant à elles, se retrouvent chez les Burséracées, etc

Chez les résineux, on retrouve l'oléorésine dans les aiguilles mais également en incisant le tronc de l'arbre, cette oléorésine ainsi récoltée est mise à distiller

Dans la famille des Apiacées (Composée), les fruits, fortement aromatiques, contiennent également des petits canaux glandulaires. Ainsi, dans les fruits immatures de la coriandre, deux canaux périphériques commissuraux contiennent une essence à aldéhydes dont l'odeur ressemble à celle de la punaise écrasée, d'où son nom grec: "Koris". Par contre, dans les fruits matures, ou secs, se trouvent quatre canaux internes contenant une essence riche en alcools, principalement du linaloi à odeur chaude et musquée.

Ces types de canaux sécréteurs sont également caractéristiques des familles suivantes: Hypéricacées, Diptérocarpacées, Burséracées, et Anacardiacées. Ils se rencontrent encore dans un grand nombre d'autres familles: Rutacées, Astéracées, etc.

Chez certaines plantes aromatiques, en particulier dans la famille des Brassicacées, les cellules sécrétrices ne sont pas organisées en glandes mais restent isolées. C'est le cas de la racine de Cochlearia armoracia, le raifort, qui présente des cellules à "myrosinase «(thioglucosinase), ferment permettant la libération de la molécule aromatique de la molécule osidique à laquelle elle est liée. Les Lauracées et les Zingibéracées possèdent également des cellules sécrétrices isolées.

ÉLABORATION DES ESSENCES VÉGÉTALES

Les molécules terpéniques sont quasiment spécifiques du règne végétal, champignons inclus, exception faite de quelques monoterpènes synthétisés par des bactéries du sol (acétate de bornyle, géosmine), par des insectes (probablement certaines phéromones) ainsi que quelques sesqui- et diterpènes par des animaux marins (Cœlanthérés, Spongiaires).

Bien que leur activité première soit la photosynthèse, les cellules sécrétrices foliaires sont spécialisées dans la production d'essence. L'unité centrale du "laboratoire cellulaire" est représentée par la chlorophylle. En son sein s'élaborent les premières petites chaînes hydrocarbonées les sucres à trois carbones (trioses) puis à six carbones (hexoses, en particulier le fructose). Cette synthèse initiale nécessite, bien entendu, des matériaux et de l'énergie ; cette dernière provient du rayonnement solaire qui permet la transformation des ADP en ATP. Effectivement, l'énergie photo-électromagnétique du soleil est captée par les grains de chlorophylle, puis emmagasinée en partie dans des liaisons phosphore devenues riches en énergie(-P ->-P) ; la dissociation des molécules d'eau utilise quant à elle l'énergie restant disponible. L'oxygène libéré au cours de cette réaction est éliminé (c'est l'origine de l'oxygène rejeté parles plantes vertes durant la journée); reste les protons, particules hautement réactives. Le matériau atmosphérique absorbé par les plantes est le dioxyde de carbone. L'intégration du proton H+ au sein de la molécule de CO_2 est grande consommatrice d'énergie; celle-ci est ici aussi fournie par les ATP. La combinaison de plusieurs molécules de gaz carbonique protonisées, toujours grâce à cette même énergie, et avec, bien entendu, l'intervention d'enzymes, aboutit aux trioses puis aux hexoses. La molécule de fructose quitte ensuite l'unité chlorophyllienne, passe dans le cytosol et arrive dans une mitochondrie où elle servira de base à de nouvelles synthèses

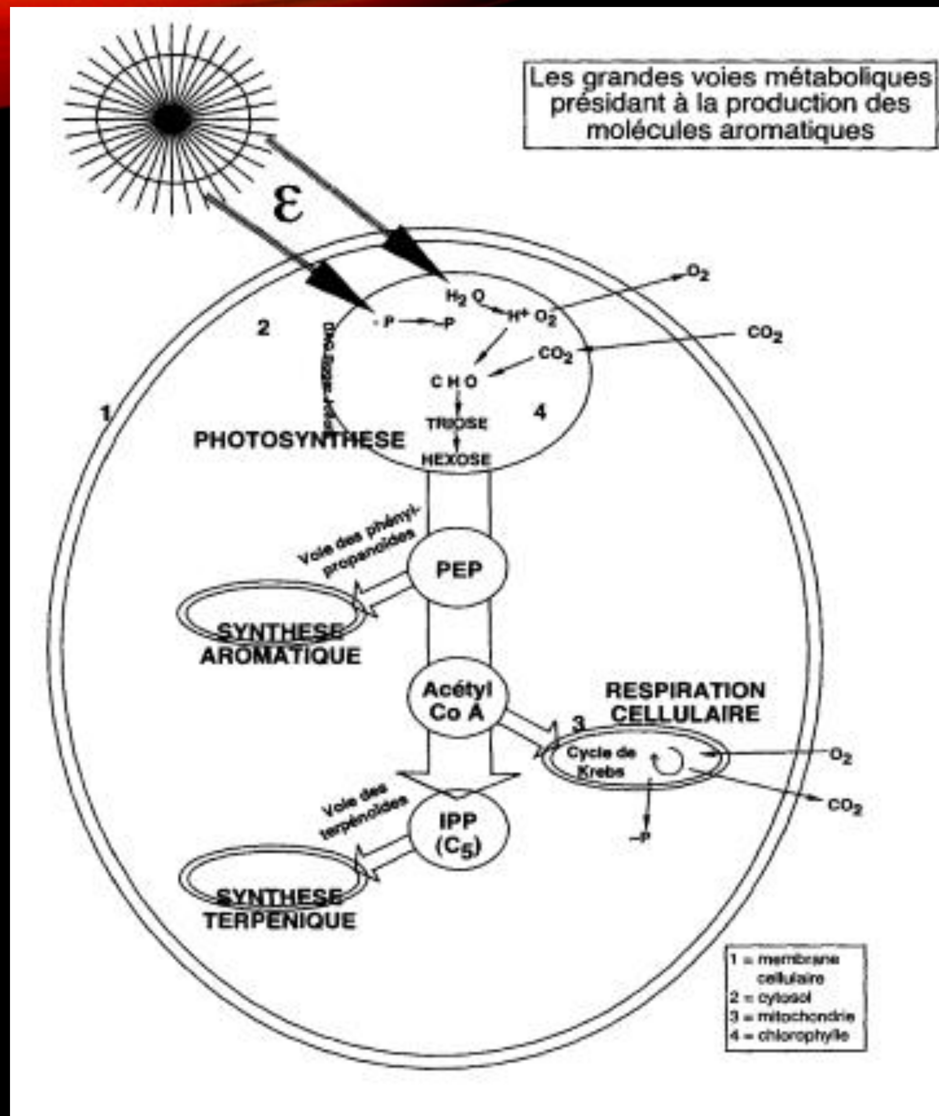
L’élaboration des essences végétales est totalement tributaire du rayonnement solaire en l'absence duquel le rendement en principes aromatiques et leur nature même se trouvent affectés. En sa présence, et tout particulièrement en fonction de la prédominance de tel ou tel rayonnement, les types de composants pourront varier considérablement au sein d'une même espèce (cf. chémotypes).

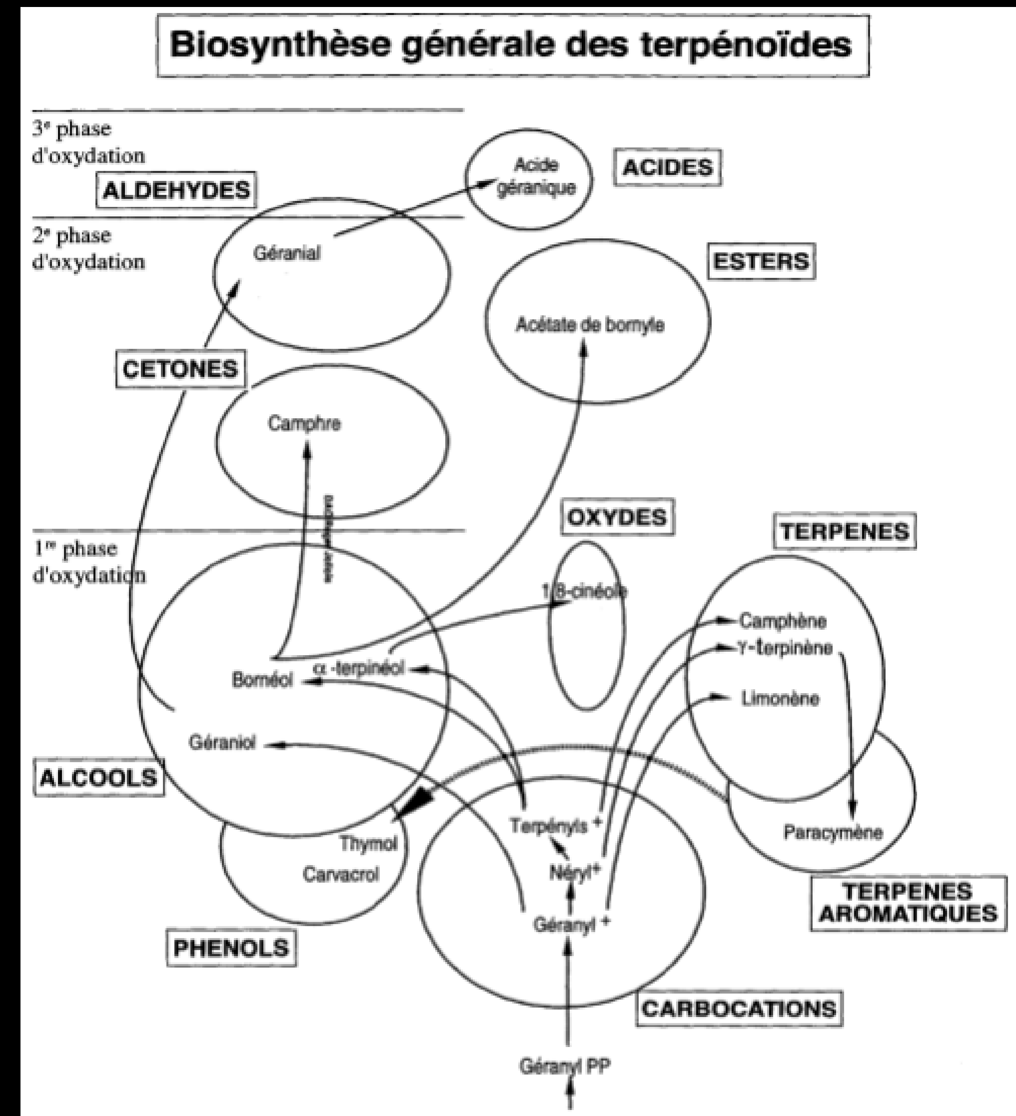
De façon imagée, la cellule sécrétrice foliaire peut être représentée comme un "grand laboratoire" dans lequel, d'une unité centrale sort une grande voie métabolique comportant des ronds-points (où se situent des molécules-clefs) d'où partent d'autres voies aboutissant à des unités spécialisées.

La construction des squelettes hydrocarbonés se déroule de la même manière par la juxtaposition "tête à queue" d'unités isopréniques, unités pentacarbonées ramifiées (IPP et IsoIPPI) assemblées enzymatiquement. Ainsi 'trouve-t-on des squelettes hydrocarbonés (terpènes réguliers) à dix carbones (monoterpènes) puis à quinze carbones (sesquiterpènes) et, plus rarement, à vingt carbones (diterpènes). La juxtaposition "tête-à-tête" de deux IsoIPP conduit aux terpènes irréguliers.

Le processus peut se poursuivre, mais dans des buts autres que la synthèse des essences; en particulier celle des sesterterpènes (C2S) , et des triterpènes (C30) et stéroïdes (C2S) ; les caroténoïdes (C40), quant à eux, sont synthétisés dans d'autres types cellulaires, etc. Les plus longues chaînes hydrocarbonées connues dans la nature: les polyterpènes des latex (C4000 !), ont emprunté cette même voie. Chez les mono-, sesqui- et diterpènes, la structure hexagonale peut rester ouverte (molécule aliphatique) ou se refermer (molécule cyclique).

Ces chaînes hydrocarbonées peuvent ensuite perdre, ou acquérir, des liaisons éthyléniques par hydrogénation ou déshydrogénation; il en résulte des terpènes saturés ou mono, di ou polyinsaturés (maximum cinq liaisons éthyléniques pour le chamazulène).


Les grandes voies métaboliques présidant à la production des molécules aromatiques
ε
PHOTOSYNTHESE
CHO
TRIOSE
HEXOSE
Voie des phényl-propanoïdes
PEP
SYNTHESE AROMATIQUE
Acétyl Co A
RESPIRATION CELLULAIRE
Cycle de Krebs
Voie des terpénoïdes
IPP (C5)
SYNTHESE TERPENIQUE
1 = membrane cellulaire
2 = cytosol
3 = mitochondrie
4 = chlorophylle


Biosynthèse générale des terpénoïdes
3e phase d'oxydation
2e phase d'oxydation
1re phase d'oxydation
ALDEHYDES
ACIDES
Acide géranique
Géranial
ESTERS
Acétate de bornyle
CETONES
Camphre
OXYDES
TERPENES
1,8-cinéole
Camphène
γ-terpinène
Limonène
Bornéol
α-terpinéol
Géraniol
ALCOOLS
Terpényls +
Néryl+
Géranyl +
Thymol
Carvacrol
Paracymène
TERPENES AROMATIQUES
PHENOLS
CARBOCATIONS
Géranyl PP

PRINCIPALES FAMILLES BOTANIQUES AROMATIQUES

Rares sont les plantes chez qui ces structures sont présentes dans un seul organe ; la plupart en sont pourvues dans toutes leurs parties; c'est le cas d'Angelica archangelica (racine, tige, feuilles, fleurs, fruits). Bien que la composition des essences de chacune des parties soit différente l'une de l'autre, toutes gardent un indéniable "air de famille".

Tel n'est pourtant pas le cas chez Cinnamomum verum où de grandes différences existent dans la composition des huiles essentielles issues des différentes parties de la plante : les écorces de cannelle vraie sont riches en cinnamaldéhyde tandis que les feuilles contiennent de l'eugénol (limbe) et du cinnamaldéhyde (pétiole).

Citrus aurantium ssp. aurantium, quant à lui, est bien connu pour la diversité de ses essences sur les plans chimique et pharmacologique ; l'essence des feuilles d'oranger bigaradier est riche en esters antispasmodiques; l'essence citralée des zestes est calmante; et l'essence des fleurs est riche en alcools neurotoniques.

Ravensara aromatica, dont les feuilles contiennent une essence eucalyptolée, produit des fruits (jamais distillés) riches en eugénol (comme les clous de girofle), d'où le nom de Nux caryophyllata qui leur est attribué.

Les principales familles botaniques qui contiennent des huiles essentielles sont:

Les Abiétacées et les résineux: toutes les parties de ces « essences résineuses » peuvent être distillées: aiguilles, bougeons, cônes, écorces. Les monoterpènes donnent les principaux constituants de ces familles botaniques.

Les Apiacées (Ombellifères): tous les organes peuvent contenir les glandes ou canaux sécréteurs, cependant les fruits sont particulièrement riches en essences. Les coumarines et plus particulièrement les furocoumarines sont représentatives des Apiacées. Presque toutes les familles chimiques y sont représentées: alcools monoterpéniques, phénols méthyl-éther, cétones monoterepéniques, aldéhydes, alcaloïdes terpéniques et composés soufrés.

Les Astéracées (Composées): la diversité des principes aromatiques produits par les Astéracées est telle que les plantes de cette famille font l'objet de recherches intensives, en particulier en ce qui concerne les lactones sesquiterpéniques à potentialité antitumorale.

Dans cette famille botanique les chémotypes sont courants, les cétones très répandues de même que les esters.

Presque toutes les Lamiacées contiennent, ordinairement des essences souvent complexes qui leur communiquent des propriétés thérapeutiques variables, et spécifiques, et font employer un certain nombre d'entre elles en parfumerie. Les molécules aromatiques retrouvées majoritairement dans les principales espèces de Lamiacées médicinales sont extrêmement variées.

Chez les Lauracées, toutes les parties peuvent contenir des essences (souvent différentes d'une partie à l'autre de la plante): écorces des troncs et branches, écorces des racines (Sassafras, etc.), bois (Aniba, etc.), feuilles (Laurus, Cinnamomum, Ravensara, etc.), fruits. Les molécules aromatiques retrouvées majoritairement dans les principales espèces médicinales sont: le 1,8 cinéole, le linalol, l'eugénol, l'eugénol méthyl-éther, les citrals etc

Les Myrtacées: les essences, contenues dans des glandes schizogènes (quelquefois des canaux), sont localisées surtout dans les feuilles (Eucalyptus, Melaleuca, Myrtus, etc.), plus rarement dans les calices, et les corolles (Eugenia, etc.), ou dans les fruits (Pimenta, etc.). Ils contiennent également de nombreuses familles chimiques.

Enfin, les Rutacées (Agrumes): l'essence est contenue dans de nombreuses poches schizolysigènes réparties dans l'épicarpe (zeste). Les feuilles, les fleurs, et les zestes, renferment des essences de composition chimique très différente; les huiles essentielles de feuilles et de fleurs se nomment respectivement "petit grain" et "néroli".

Il a été souvent remarqué que la nature produisait un même composant dans différentes plantes croissant dans une région donnée. Il est intéressant de noter que ce dernier répond d'ailleurs à des pathologies spécifiques de cette contrée. Ainsi, par exemple: Gaultheria procumbens, Gaultheria hispidula, Betula alleghaniensis et Betula nigra, qui peuplent les régions froides et humides du Canada, fournissent une huile essentielle riche en salicylate de méthyle si utile aux rhumatisants. De même, un grand nombre de plantes prospérant en Inde fournissent des huiles essentielles riches en eugénol aptes à aider les polyparasités si nombreux dans ce pays.

SPÉCIFICATION BOTANIQUE & CHÉMOTYPE

La connaissance des familles, des genres, et des espèces botaniques, est indispensable. Une huile essentielle doit toujours comporter le nom de la famille botanique à laquelle appartient la plante suivi du nom de l'espèce. L'ignorance de cette réalité peut être source de nombreuses difficultés, voire de problèmes sérieux.

D'autre part, les composants aromatiques d'une plante ne sont pas immuables; **ils varient en fonction de divers éléments comme: l'ensoleillement, la nature et les composants du sol, etc**. Deux plantes identiques peuvent sécréter des essences dont les différences sont plus ou moins importantes. Pour différencier les huiles essentielles extraites de chacune de ces plantes, on utilise le terme de "chémotypes", mot dérivé de "chimiotypes" signifiant tout simplement: "types chimiques". Ces différences peuvent être extrêmement importantes et changer du tout au tout les propriétés chimiques ou biologiques de l'huile essentielle. Il est donc indispensable d'ajouter à la notion fondamentale d'espèce botanique celle de race chimique ou chimio-type; le terme international de "chémotype" prévalant aujourd'hui.

En fait, des études approfondies ont montré que tous ces thyms de la même espèce synthétisent les mêmes composants, mais dans des proportions extrêmement variables. L'origine des variations est essentiellement à rechercher, d'une part, dans les différences de nature des sols, et, d'autre part, du rayonnement solaire. Tout d'abord, chaque étape dans les biosynthèses étant sous la dépendance d'enzymes, dont de nombreuses métallo-enzymes issus du sol. Or, la nature physico-chimique du sol n'offre pas à ces plantes les mêmes oligo- et microéléments. Ensuite, les enzymes étant également sensibles aux radiations lumineuses, le changement de rayonnement solaire agit sur la synthèse aromatique ; ainsi, **en bord de mer, les infrarouges dominent, alors qu'en altitude, les ultraviolets sont plus abondants!**

Les **variations saisonnières** entrent également en jeu, produisant des composants différents nommés "sub-chémotypes". Dans ce même cadre de sub-chémotypes s'intègrent également les variations constatées dans les composants des essences sécrétées par certaines plantes durant les **différents stades de leur croissance**. Ainsi, l'essence d'un des chémotypes d'Ocimum gratissimum, un des basilics à thymol, contient-elle, lorsque la plante est jeune, plus de 90 % d'eugénol méthyl-éther puis, à maturité, majoritairement du thymol et de nombreux monoterpènes. La luminosité, l'hygrométrie et l'altitude sont également des facteurs importants.

Ces deux facteurs impliquent l'activation de certains groupes d'enzymes, et l'inactivation de certains autres, favorisant ainsi la prédominance de telle ou telle voie et étape biosynthétiques. La plante se prêtant le mieux à l'explicitation de la notion de chémotype est assurément Thymus vulgaris, une des cinquante espèces de thym prospérant autour du Bassin Méditerranéen:

- Cueilli dans la région de Saint-Tropez, ce thym vulgaire dégage, lorsqu'il est froissé, une odeur forte et phénolée caractéristique ;
- Récolté en arrière-pays, il garde cette même odeur mais avec des nuances qui la rapproche de celle de la sarriette, le pèbre d'ail des provençaux;
- En Haute-Provence par contre, sa fragrance est totalement différente ; elle est devenue douce et suave et rappelle celle de la lavande vraie, voire même, dans certaines zones très localisées, celle du géranium rosat;
- En Haut-Languedoc, le thym dégage une odeur encore différente rappelant celle de la marjolaine des jardins, et dans quelques en droits des Corbières, son parfum épicé évoque le poivre ;
- En Espagne, dans certaines régions, il imite la senteur de l'eucalyptus officinal, et dans d'autres celle de la verveine citronnée. Dans tous les cas, il s'agit bien de la même plante, les fleurs et les feuilles sont identiques, mais tout se passe comme s'il s'agissait, au plan aromatologique, de plantes différentes tant au plan olfactif que chimique.

En résumé une huile essentielle doit être naturelle, 100% pure, 100% totale, elle ne doit pas être peroxydée. Elle doit être botaniquement et chimiquement spécifiée, la partie de la plante dont est extraite l'huile essentielle doit être précisée. Il revient à l'utilisateur d'exiger l'authenticité; mais il doit accepter de payer le prix, forcément plus élevé, mais justifié pour des produits d'une telle qualité.

PROCÉDÉS D'OBTENTION DES HUILES ESSENTIELLES

De nombreux procédés sont utilisés pour l'extraction des substances aromatiques. Cette opération est des plus difficiles, et des plus délicates, puisqu'elle a pour but de capter les produits les plus subtils, et les plus fragiles, élaborés par le végétal; et cela, tout en veillant à éviter d'en altérer la qualité.

Les méthodes actuellement en usage pour extraire les arômes et les parfums:

- L'expression: elle consiste à briser mécaniquement les poches de zestes frais d'agrumes pour en recueillir de différentes manières, les essences. Le produit ainsi obtenu se nomme « essence » et non huile essentielle car aucune modification du produit végétal n'intervient.
- La distillation: cette méthode connue depuis la haute Antiquité, transmise par les Arabes, et perfectionnée par les Grassois, est un procédé utilisant l'entraînement des substances aromatiques par la vapeur d'eau. Chauffées dans une même enceinte, deux substances peu ou non miscibles émettent des vapeurs indépendantes l'une de l'autre ; les tensions des vapeurs s'associent alors pour vaincre la pression qui, s'exerçant à la surface du liquide, s'oppose à leur ascension. Par conséquent, l'ébullition simultanée de deux substances insolubles l'une dans l'autre se produit à une température inférieure au point d'ébullition de la substance la plus volatile. Ainsi, eau et essence végétale distillent simultanément à une température inférieure à 1000 C sous pression atmosphérique normale. En conséquence, les principes aromatiques ne subissent pas d'altérations trop profondes et ne se chargent pas en produits pyrogénés. A la sortie du réfrigérant (à circulation d'eau froide), dans lequel se sont condensées les vapeurs, l'eau distillée et l'essence (plus légère que l'eau et devenue huile essentielle), se séparent dans l'essencier. L'eau d'entraînement contient en solution certains principes odorants (surtout hydrophiles) cette eau porte le nom d'hydrolat ou eau florale.
- La percolation: ce procédé nouveau, appelé aussi "hydrodiffusion", et qui consiste à envoyer la vapeur de haut en bas (à l'inverse de la distillation), présente l'intérêt, pour certaines plantes seulement, d'être plus rapide, donc moins préjudiciable à la qualité des substances aromatiques. Néanmoins, cette méthode présente l'inconvénient de charger les huiles essentielles en substances non volatiles; il s'agit ici « d'essences de percolation » et non d'huiles essentielles
- L'extraction au CO_2 supercritique: C'est une des méthodes les plus modernes, mais aussi les plus coûteuses, elle consiste à faire passer dans la masse végétale (en général des fleurs) un courant de CO_2 qui, par augmentation de la pression, fait éclater les poches à essences et entraîne les substances aromatiques.
- L'enfleurage: ce procédé est appliqué généralement aux fleurs qui, mises en contact avec des graisses absorbantes, les saturent en essence après quelques jours.
- Le procédé par épuisement: **il doit être proscrit pour toutes les plantes sécrétant des essences entraînables à la vapeur d'eau.** Il se divise en deux catégories: la première, qui s'apparente à l'enfleurage, mais à chaud, est une digestion ou macération; la seconde est une extraction aux solvants volatiles (surtout éther de pétrole et benzène), par laquelle s'obtiennent des concrètes de fleurs et de feuilles, et des réinoïsdes d'écorces et autres, donnant des absolues par épuisement à l'alcool éthylique, puis des "essences concrètes" après évaporation de l'alcool. Cette technique, qui se répand malheureusement dans de nombreux pays producteurs de par le monde, s'utilise pour les fleurs (rose, jasmin, cassie, oranger, tubéreuse, Hélicryse, etc.), mais encore pour le genévrier et le pin, etc. Elle est dangereuse tant pour les ouvriers manipulant ces solvants inflammables et toxiques (asthénies, anémies, lésions organiques graves, etc.) que pour l'utilisateur du produit final.
- Depuis les années 90, il existe aussi l'hydrodistillation assistée par chauffage micro-onde, dix fois plus rapide que l'hydrodistillation classique pour un rendement équivalent et une composition identique. Cette méthode d'extraction ne peut obtenir la dénomination d'huile essentielle réservée aux méthodes citées plus haut

LE TERNAIRE AROMATIQUE

TERNAIRE AROMATIQUE

La perception du "ternaire aromatique", issue à la fois de la pratique médicale quotidienne en aromathérapie, et de l'expérience de l'enseignement francophone et anglophone, a représenté un cap important dans l'indispensable travail de conceptualisation de la médecine aromatique. La découverte du fait qu'en pays anglo saxons le terme "aromatherapy" ne couvre pas la même réalité qu'en France fut le point de départ du concept de ternaire.

En effet, s'il est clair que les essences et, à leur suite, les huiles essentielles, sont bien des substances chimiques n'échappant nullement à la réalité atomique de toute substance matérielle, elles ne sauraient se limiter à celle-ci.

Au-delà de cette réalité strictement matérielle, elles sont également des vecteurs d'énergie qui apparaît et se transmet sous forme de charges électroniques appelées "charges portées.

Plus loin encore, et ici en relation directe avec leur environnement, **les arômes sont également des messagers porteurs d'informations. Cette facette informationnelle est le fondement de la pratique de l'"Aromatherapy" dans les pays anglo-saxons, et de la "psycho-aromathérapie".** Mais, dans cette dernière approche, il faut éviter les écueils dans lesquels certains esprits tourmentés veulent enfermer "nos amies", en pérorant dans des cadres de fait bien étriqués, fort poussiéreux, et surtout, intellectuellement totalement indigents, sur les prétendues "personnalités" des huiles essentielles. Une telle approche n'étant pas du domaine de l'impossible, mais nécessitant, avant tout, la pratique de l'honnêteté intellectuelle... Qualité qui manque toujours cruellement aux "gourous" de tous poils.

Dorénavant, chacun acceptera, nous l'espérons, avant de parler aromathérapie, de préciser de quelle facette de cette science il entend traiter :

- **Du contenu moléculaire nécessitant un apport souvent substantiel ;**
- **Du potentiel énergétique permettant un apport moindre (mais pas toujours) à l'état le plus dispersé possible ;**
- **De l'aspect informationnel, dans le cadre duquel seul on est en droit de s'évader dans les subtilités de l'osmophorèse où quelques molécules peuvent, effectivement, induire des processus réactionnels surprenants , etc. ;**
- **Enfin, de ces trois facettes dans leur synergie.**

LE NOUVEAU PARADIGME

Cette démarche fondée sur l'approche systémique trouve sa source dans une transmutation de la vision aristotélicienne de l'univers (c'est-à-dire mécaniste et linéaire) fondée sur une logique de l'identité, de la non contradiction, et du tiers exclu. Cette approche trouve son origine au début du 20e siècle en la personne d'Albert Einstein et de sa théorie de la relativité. L'énoncé de l'équivalence de l'énergie et de la matière ($E = MC_2$), et la perception de l'espace-temps comme un continuum incurvé dans lequel tous les phénomènes sont interconnectés, a eu d'immenses conséquences matérielles. Les effets conceptuels, quant à eux, bien que moins directement apparents, n'en sont pas moins fondamentaux pour l'évolution future de l'espèce humaine.

Parallèlement, des conceptions révolutionnaires sont venues prolonger les idées du grand physicien pour parachever l'édification du nouveau paradigme de la science moderne, ce qui n'a pas été sans poser certains problèmes, même à un esprit aussi universel que celui de l'illustre chercheur, qui, rappelle Stéphane Lupasco : « .., défenseur, jusqu'à sa mort, du déterminisme et du continu, découvre, en pleine apogée de la science classique, cette discontinuité paradoxale de la lumière, ces photons, qui ne sont rien moins que les quanta d'énergie de l'hypothèse révolutionnaire de Planck ; discontinuité qui va s'étendre à toute la matière-énergie, en dévoilant leur nature dualistique, sous divers aspects incompatibles, dont ceux, les plus spectaculaires, d'ondes et de corpuscules à la fois, pour aboutir aux célèbres "Relations d'indétermination d'Heisenberg". »

L'aboutissement le plus remarquable de la mécanique quantique est la constatation de l'impossibilité de formuler ses lois de manière parfaitement cohérente sans faire référence à la conscience de l'observateur.

La matière, qui devient une forme de l'énergie, et un réseau de potentialités, le temps et l'espace unis et inscrits dans un univers courbe, l'énergie rayonnante révélant la complémentarité de sa double nature ondulatoire et corpusculaire, la conscience humaine devenant partie intégrante de l'observation des phénomènes particulaires, ces fantastiques découvertes marqueront, nous en sommes persuadés, le point de départ d'une nouvelle ère.

Le premier principe de la thermodynamique enseigne que l'énergie (comme la matière) est indestructible, et le second principe apprend, lui, qu'à travers ses transformations, l'énergie subit une dégradation, une perte qualitative, sous l'aspect d'une augmentation du désordre, c'est l'entropie. Mais, pour les physiciens à l'origine de cette idée, R. Clausius et N.L.S. Carnot, l'interprétation de la place des phénomènes vitaux dans ce processus de dégradation énergétique posait un problème dont la solution échappait à leur cadre référentiel:

« Il fallut les lois structurales et ensemblistes, la théorie de l'information et la cybernétique, pour comprendre que ce que les systèmes vivants ajoutaient à la matière inerte, n'était ni masse ni énergie, comme l'a dit E.P. Wiener, mais simplement de l'information. S'il est bien vrai que celle-ci a besoin de la masse et de l'énergie comme support, il est bien vrai aussi qu'elle représente ce quelque chose qui fait que le tout n'est pas seulement la somme des parties. La matière vivante est faite avec les mêmes matériaux atomiques que la matière inanimée, mais ce qui la distingue, c'est l'organisation particulière que ces matériaux acquièrent en elle, les relations qu'ils y opèrent entre eux. Si nous définissons la structure comme l'ensemble des relations existant entre les éléments d'un ensemble, c'est bien la structure de la matière vivante qui en supporte toutes les caractéristiques originales. »

La conception des « systèmes de systèmes », et l'émergence de nouvelles propriétés irréductibles à celles des éléments intervenant à chaque étape du processus de complexification et d'évolution, depuis les particules élémentaires jusqu'au psychisme, constituent l'extension du nouveau paradigme vers tous les domaines de la pensée humaine. La comparaison suivante permettra de comprendre plus parfaitement encore l'importance de l'information. Lorsqu'une personne entend: « Seniseviorum », même si ce message est transmis avec une voix émettant une énergie de quatre-vingts décibels, il n'évoquera rien si la personne ne comprend pas le turc. Si, par contre, on vient lui susurrer à l'oreille: « Je vous aime », même pour une infime fraction de décibel, ces trois mots auront un impact incomparablement plus significatif.

Deux autres notions capitales sont ensuite mises en évidence par Henri Laborit concernant l'information-structure et l'information-circulante avec les systèmes ouverts ou fermés, l'ouverture étant à la fois thermodynamique et informationnelle. L'information-circulante résulte précisément de la structure par niveaux d'organisation des organismes vivants (rôle des hormones et du système nerveux). Quant à l'information structure, qui "met en forme les êtres vivants", et permet de distinguer un homme d'un éléphant, elle se transmet par le code génétique. La dernière notion essentielle inhérente au fonctionnement des systèmes vivants est celle des phénomènes de contrôle, d'intégration, et de régulation, pour leur adaptation au milieu environnant, et le maintien de leur milieu intérieur au sein de limites permettant la conservation de leur "information-structure", c'est-à-dire de leur vie.

APPLICATION DU CONCEPT TERNAIRE

Le ternaire matière-énergie-information constitue le trépied sur lequel repose l'édification des concepts guidant notre action tant en pratique quotidienne que dans le cadre de la formation des praticiens.

Soit un flacon contenant par exemple de l'huile essentielle de Thymus satureioides chémotype boméol. A premier vue, ce flacon contient de la matière, un ensemble de constituants moléculaires élaborés par l'organisme végétal à partir d'atomes prélevés dans l'environnement (H_{20} par les racines, et CO_2 par les feuilles). Au sein du genre Thymus, l'espèce satureioides chémotype boméol exprime son information-structure très spécifiquement par rapport aux autres espèces de thym. Au plan matériel, la carte d'identité de l'essence synthétisée par les cellules sécrétrices est révélée par la chromatographie de l'huile essentielle; elle indique qualitativement les types de molécules présents dans l'huile essentielle et, quantitativement, leurs pourcentages respectifs.

Si cette huile essentielle est soumise à la division en particules d'une extrême finesse lors de son passage dans un système générateur d'aérosols perfectionné (diffuseur), l'aspect énergétique, présent sous forme potentielle, s'actualise et se révèle par l'apparition de charges électriques, positives ou négatives selon les molécules. Il s'agit donc ici d'une sorte de révélation (au sens photographique) de l'aspect énergétique des molécules aromatiques. Si cette huile essentielle fait l'objet d'une prescription, sa pénétration dans l'organisme représentera un apport moléculaire (aspect matériel) mais aussi bioélectronique (énergétique). Ce second aspect ne correspond pas, bien entendu, à de l'"énergie calorique "comme celle qui est apportée par les molécules nutritives, mais à une activité électrique, soit par excès d'électrons (activité négativante) comme dans Cymbopogon citratus, ou par manque d'électrons (activité positivante) comme c'est le cas du type de thym dont il vient d'être question.

Ensuite, le flacon débouché étant porté aux narines, la quantité de matière-énergie reçue par l'organisme correspond à une infime fraction provenant de la volatilisation de quelques centaines de molécules. Mais la simple rencontre de ces traces avec la zone olfactive, capable de les transformer en impulsions nerveuses conduites vers les aires cérébrales de perception, entraîne une série de réactions en chaîne, parfois considérables. C'est la facette informationnelle ayant présidé au développement de l'aromathérapie dans les pays anglo-saxons. Donc, parallèlement à l'action matérielle pondérale, et à l'activité énergétique, des huiles essentielles, une information-circulante parvient à l'organisme qui y réagit.

La méthode se prêtant le mieux à l'application conjointe des trois facettes de l'aromathérapie selon le concept de ternaire est le massage aux huiles essentielles (quand l'huile essentielle ne présente pas toxicité pour la peau ou bien diluée) ; celui-ci présente un triple avantage :

1. D'abord, la possibilité de faire pénétrer dans l'organisme une quantité appréciable de l'information structure, c'est-à-dire de molécules aromatiques, la peau se prêtant parfaitement bien à la réception/absorption des huiles essentielles.

2. Ensuite, en raison de la volatilité des principes aromatiques, la personne massée reçoit l'information-circulante à chaque inspiration avant que le message ne soit transmis au plus profond de son organisme par le sang qui véhicule les huiles essentielles quelques minutes seulement après le début du massage.

3. Enfin, au cours du massage, l'énergétisation se réalise dans les meilleures conditions grâce à l'imprégnation rapide d'une vaste surface.

CONCEPT D'AURA DE LA PLANTE

Parmi les huit cent mille espèces de plantes dont est peuplée la biosphère, bon nombre ne font pas partie du monde aromatique. C'est pourquoi les composés aromatiques, n'entrant pas dans la liste des molécules connues comme indispensables à la vie, ont souvent été considérés par les spécialistes de la chimie végétale comme de simples "déchets". Certes, ainsi que l'a montré la mise en culture, sous l'impulsion de Pierre Franchomme, du Melaleuca quinquenervia au Phytotron, il est vrai que les molécules aromatiques se situent en bout de chaîne métabolique. Mais cette constatation ne saurait suffire pour les considérer comme des molécules de second ordre.

En effet, d'une part dans le cadre strictement moléculaire, les composés aromatiques constituent pour le végétal une réserve énergétique indispensable. Les cueilleurs le savent, qui ne sortent pas lorsqu'il pleut; déjà par temps couvert, l'impact odoriférant de la plante aromatique est moindre. De fait, cette dernière réutilise probablement ses constituants aromatiques volatils pour suppléer à la diminution d'activité photosynthétique lorsque le besoin s'en fait sentir, le recyclage se faisant sous forme de glucoside terpénique soluble. L'essence constitue donc, de toute évidence, une réserve énergétique, un "concentré solaire" au sein du végétal.

D'autre part, au plan de la biologie relationnelle (de la plante avec l'environnement) l'essence représente une "information-circulante" de première importance. Dans les relations qu'entretient la plante avec les éléments bienveillants, ou hostiles, de son environnement, les molécules aromatiques, grâce à leur caractère volatil permis par leur squelette carboné ne dépassant pas vingt atomes de carbone d'une part, et à leur polarité positive ou négative d'autre part, jouent un rôle fondamental.

Une aura entoure la plante aromatique, attirant les amis, et repoussant les ennemis. Certes, la couleur, et la forme, jouent un rôle appréciable dans l'attirance exercée sur les insectes pollinisateurs, mais force est de reconnaître que la portée dans l'espace des exhalaisons parfumées est bien plus étendue. Ainsi, des abeilles conditionnées très jeune à respirer du géraniol ont montré, après leur remise en liberté, une attirance préférentielle vers des fleurs synthétisant et exhalant cette molécule. On pressent ici toute l'importance des connexions cérébrales des aires olfactives, mnésiques et affectives...

A l'opposé de l'aspect positif de l'interface "séduction aromatique", se situe le volet négatif d'une part, la répulsion des "indésirables" (comme par exemple chez Teucrium marum produisant de l'iridodial répulsif pour les insectes et les herbivores), et, d'autre part, la lutte intégrée contre les agents pathogènes susceptibles de mettre la vie de la plante en péril. Car elle aussi doit soutenir un combat contre les agressions microbiennes de toutes natures.

Si le monde des champignons a trouvé un mode d'action spécifique pour se protéger contre les bactéries (les antibiotiques), les êtres chlorophylliens ont évolué, eux, sur un registre moléculaire plus diversifié, et les plantes aromatiques sont parvenues à synthétiser plusieurs milliers de composants actifs pour dissuader ou vaincre les intrus.

Enfin, certaines molécules semblent avoir une action antigerminative vis-à-vis d'autres espèces végétales (compétition).

Etant posé le rôle de l'essence pour la vie de la plante, il peut à présent être transposé à celui de l'huile essentielle en aromathérapie. Tout d'abord, tout traitement aromathérapique constitue un apport d'énergie pour l'organisme qui le reçoit. Cette information-structure représente non seulement l'apport moléculaire spécifique de ses composants aromatiques, mais aussi, bien sûr, l'énergie positive ou négative, selon la place occupée par ces composants dans le référentiel électrique. **Faire pénétrer de quelque manière que ce soit une huile essentielle dans l'organisme, c'est apporter ce "concentré de soleil" à toutes les cellules du corps.**

Ensuite, chez celui qui a reçu une huile essentielle, l'aura aromatique émanant de son organisme agira comme l'interface à deux volets évoqué plus haut. Il n'y pas si longtemps, il était de coutume de porter de "l'essence algérienne" sur la poitrine pour éloigner les infections. On retrouve à toutes les époques et dans toutes les traditions des préceptes simples fondés sur l'utilisation de plantes aromatiques dans un but prophylactique ou thérapeutique : fumigations, onguents, bains, vaporisations, encensements, etc. ont fait partie intégrante de la vie dans toutes les cultures qui se sont épanouies là où les plantes aromatiques abondaient.

Chez certains patients manifestant une hypersensibilité au monde microbien et bactérien, cette "aura aromatique protectrice" est souvent très utile.

L'interface informationnelle, attractive ou répulsive, combinée à l'activité énergétique et à l'action moléculaire, constitue donc une excellente méthode de régulation des relations de l'individu avec son environnement, tant chez l'homme que chez la plante.

MODE D'ACTION DES MOLÉCULES AROMATIQUES

L'activité des composants des huiles essentielles est liée à leur structure chimiques et énergétiques (indissociables). Les huiles essentielles agissent également comme **véhicule d'informations**. Cet aspect met en œuvre un **mode de réaction**, et non d'action comme c'est le cas au plan physico-chimique.

Le mode d'action des composants volatiles des huiles essentielles se manifeste de différentes manières :

1. A travers une **action directe** (de la molécule ou de l'un de ses métabolites) **sur les micro-organismes pathogènes qui subissent la toxicité des molécules aromatiques à leur encontre**; ou sur une fonction physiologique particulière, sur un métabolisme, etc. Dans ce second cas, le mode d'action direct des molécules aromatiques peut être divisé en deux grandes catégories : physiologique (ou biologique), et toxique.

Sur le plan des récepteurs nerveux et des neurotransmetteurs, plusieurs composants aromatiques semblent développer une activité.

D'autre part, Lapraz et Duraffourd décrivent des actions:

- Sympathomimétique: basilic, citron, pin, sarriette, sauge;
- Sympatholytique: angélique, aspic, lavande, ylang-ylang;
- Parasympathicomimétique : girofle, origan, romarin, verveine ;
- Parasympathicolytique : cajeput, cyprès, estragon, hysope, serpolet, thym.

Enfin, certaines molécules aromatiques agissent **en stimulant une fonction physiologique particulière**. Ainsi, par exemple, certains oxydes (eucalyptole par exemple) activent la production de mucine par les glandes spécialisées. Il s'agit donc là d'un phénomène de bioréactivité.

2. A travers une **action indirecte**, par intervention sur des processus biologiques, **modification du terrain local et général**, etc.

Les molécules aromatiques sont le plus souvent très réactives, et la captation in vivo d'atomes ou de molécules, comme l'oxygène libre, dangereux en excès, est une éventualité très souvent confirmée par les résultats cliniques. Ainsi, par exemple, l'a-pinène de Pinus sylvestris, monoterpène très demandeur d'oxygène est un remarquable tonique qui, curieusement, ne perturbe généralement pas le sommeil. Or, justement, les travaux de L.-Cl. Vincent sur le rH_2 indiquent qu'une augmentation de ce dernier se manifeste entre autres par un état d'asthénie concomitant d'une difficulté à trouver le sommeil.

ONDES ÉLECTROMAGNÉTIQUES, FRÉQUENCES

Quel impact sur l'environnement et la santé?

CHAMP MAGNÉTIQUE DANS LE VIVANT

D'après Conférence Audio de Louis Claude Vincent 1980
https://www.youtube.com/watch?v=EyRuCL5y3aQ

Jean Claude Vincent, chercheur français, inventeur de la bioélectronique en 1935 dit: « Nous ne sommes pas des êtres inertes, nous sommes des êtres vibrants, qui parce qu'ils sont vivants sont vibrants et sont soumis à certaines vibrations et à certains champs magnétiques. Ce champ magnétique agit sur toutes les potentialités de l'être humain au point de vue de la pensée, de toutes les affectivités, de la psychologie etc s'appuyant sur un somatique. Mais cela n'est possible qu'à la condition que le somatique soit lui-même équilibré sinon le champ magnétique est lui-même déséquilibré. Ce qui veut dire en d'autres termes que le psychique dépend du somatique, c'est-à-dire de notre support matériel (notre chair).

L'esprit est une dérivée de notre corps, de notre somatique. Si ce corps tombait malade, le spirituel et le psychisme sont diminués et ne correspondent pas aux valeurs normales.

Nous envisageons une médecine harmonique qui soit reliée à l'Univers. Nous savons (sans rentrer dans les détails) que l'Univers est essentiellement électromagnétique: toutes les manifestations de l'Univers aussi les bien les phénomènes de gravitation que les phénomènes inter atomiques sont d'ordre électromagnétique (reconnaissance des travaux d'un Pakistanais et de deux Américains par le prix noble de Physique en 1979, fait découvert vingt ans plus tôt par Jean Louis Vincent lui-même mais non reconnu).

Les forces électromagnétiques s'exercent aussi sur la surface de la Terre (orages, volcanisme, courants telluriques, tremblements de terre qui sont en fait des orages souterrains), en effet les êtres vivants qui sont touchés par la foudre sont électrocutés et bien avant qu'ils ne se manifestent, les animaux qui sont d'une grande sensibilité les pressentent.

Dans le langage populaire on dit « l'être vivant est animé par l'étincelle de vie », on sait également depuis 1976 que le spermatozoïde agissant sur l'ovule lors de la fécondation produit une décharge électrique sur l'ovule de 480 000 volts! Ce qui a pour effet de coaguler immédiatement l'ovule et de permettre la préservation de cet ovule de l'atteinte de tout autre spermatozoïde. Chez les Egyptiens, 5 000 ans avant JC, dans le livre de Tot, il est dit que la fécondation des humaines et des animaux est effectuée par un feu céleste, le feu de Syrius. Ce feu céleste est une décharge électrique tout simplement. Il faut pour cela que l'homme soit en état de santé. Or à l'époque actuelle, il y a beaucoup de cas de stérilité parce que l'homme n'est pas suffisamment chargé en énergie négative de façon à produire ce potentiel.

Or la rafination qui est pratiquée depuis plus d'un siècle constitue une forme de pollution sur le corps et a pour effet de modifier sa potentialité et de réduire, au lieu de lui donner des potentialités négatives qui sont créatrices (car on ne créé la vie que dans le négatif et non dans le positif, le positif correspond à un excès d'énergie).

L'énergie négative est celle de l'électron tandis que l'énergie positive est une énergie à trou qui n'a pas d'électron, c'est une énergie qui n'a pas le sens de la vie. La vie ne peut se faire qu'en présence d'électrons.

Nous devenons donc des êtres dégénérés parce que nous n'avons pas d'électrons, parce que nous n'avons pas de champs électro magnétique: on a supprimé le champs électro magnétique en polluant l'environnement et en utilisant des médications chimiques. Or un produit de synthèse n'a jamais eu de champ magnétique. La vie est dans l'œuvre de la nature, dans la Terre notre mère qui est capable de donner la force et le champ magnétique. Souvenons nous du mythe d'Hercule: Ante ne pouvait prendre de la force que si son pied était en contact avec la terre; il décida donc de soulever Ante et Ante fut étouffé par les bras puissants d'Hercule. La mythologie montre que l'on s'intéressait de longue date à la puissance de la Terre.

La vie est donc possible qu'en présence d'une énergie négative, tous les fruits qui poussent sur Terre sont négatifs et possèdent un champ magnétique. Tous les artifices de la pharmacie quels qu'ils soient (!) nous préparent aux déchéances, au cancer, aux thromboses, aux souffrances, à la folie, aux dérèglements mentaux parce qu'ils sont dépourvus de champ magnétique.

Le sang plus la salive donnent l'énergie positive, et la salive donne l'énergie négative, celle qui est éliminée. Pour qu'il y ait une bonne santé, il faut que l'énergie résiduelle soit très légèrement positive. Si elle est trop positive, alors l'énergie de l'urine est négative, il y a un excès de positif et c'est le cancer qui se déclenche, parce que le cancer n'est pas autre chose qu'une possibilité exagérée de développement d'une énergie positive, c'est-à-dire sans électron, c'est-à-dire sans champ électro magnétique. »

LA BIOÉLECTRONIQUE VINCENT

La BEV est une approche analytique quantitative proposée par l'hydrologue Louis-Claude Vincent en 1948. Elle est basée sur les équilibres acido-basiques, oxydo-réduction et ioniques de milieux aqueux tels qu'on les rencontre partout dans la nature et qui ont une importance tout à fait particulière en agriculture : eau de source, des lacs, des rivières et de la mer — eau d'abreuvage et d'irrigation — nappes phréatiques — fluides biologiques tels que sève, sang, lymphe, salive, sueur, urine — le sol, les composts, le lisier, les fertilisants, les produits de traitement — les produits agricoles ou encore toute substance, liquide ou mélange riche en eau. En s'intéressant aux phénomènes "pile électrique" d'un milieu aqueux, la bio-électronique représente ces équilibres par des schémas qui représentent l'auto-protolyse et l'auto-électrolyse de l'eau :

Auto-protolyse (phénomène acido-basique): H_2O ⌦ $OH^- + H^+$

Auto-électrolyse (phénomène d'oxydo réduction): $H_2O + H_2O$ ⌦ $2H_2 + O_2$

Pour chiffrer ces hydrolyses, la BEV se sert de trois paramètres physiques : le pH, le rH_2 et le ρ (prononcé rho) :

pH paramètre acido-basique ou facteur magnétique (H+)

rH_2 paramètre oxydo-réduction ou facteur électrique (e-)

ρ résistance électrique ou facteur diélectrique

Le pH représente la quantité de proton H+ (H_3O^+) disponible dans un système, alors que le rH_2 donne l'activité d'hydrogène (disponibilité d'électrons e-) pour un pH donné. Les protons par leur spin (charge électrique en rotation) donnent au milieu ses qualités magnétiques, l'activité des électrons ses qualités électriques.

Aussi bien **le pH que le rH_2** sont exprimés par les co-logarithmes de leur concentration, c'est-à-dire **plus leurs valeurs sont faibles, plus la concentration de protons ou l'activité d'électrons sont élevée**s, chaque point en moins les faisant augmenter d'un facteur 10. Dans un milieu à pH6, par exemple, il y a 10 fois plus de protons que dans un milieu à pH7, pH7 étant le point de neutralité du système acido-basique. La concentration de H_3O^+ est alors égale à celle des anions OH-. Pour le rH_2 dont l'échelle va de 0 à 42, le point de neutralité est à 28. En dessous se trouve la zone réductrice favorable à la vie, au dessus la zone oxydée. Celle-ci est pauvre en électrons et, comme une trop forte alcalinité, c'est-à-dire **la pénurie de protons, a tendance à entraver la vie**

Attention : De parler d'une concentration de protons et d'électrons est une énorme simplification, mais ô combien pratique. Ni les uns ni les autres, ni l'hydrogène H2 ne peuvent exister librement dans une solution aqueuse. Il faudrait donc plutôt parler d'une puissance, d'une activité thermodynamique ou électromotrice, dont la vie a besoin comme elle a besoin de nourriture, d'eau, d'air et de chaleur. Fournissant une appréciation globale d'un terrain biologique, celle-ci est toujours liée à l'eau, ce liquide universel de la vie sur terre. C'est elle qui stocke et véhicule ce pouvoir qui peut être oxydant ou réducteur, acidifiant ou alcalinisant. C'est la même chose avec les électrolytes (ions). Toujours englobés d'une couche d'hydratation qui est aussi bien transmettrice que modulatrice des caractéristiques d'un cation ou d'un anion.

L'oxydation correspond à une perte d'électrons et entraine une acidification et une libération d'énergie. En revanche, la réduction est synonyme d'un gain d'électrons, provoque une réaction alcaline et augmente l'énergie chimique des molécules.

La conductivité C est une mesure pour la facilité avec laquelle un courant électrique peut traverser un milieu et est proportionnelle à la concentration en charges électriques (cations et anions) et à leur mobilité (viscosité du milieu et taille des ions). Le ρ (résistance électrique) est l'inverse de la conductivité C : plus sa valeur est faible, plus le courant électrique passera facilement. Pour une eau potable de qualité, il se situe idéalement au dessus de 5 000 (faible dureté hydrotimétrique), accompagné d'un pH légèrement acide et un rH_2 réducteur, c'est-à-dire en dessous de 28.

A pH constant, cette valeur diminue quand le système est plus réducteur (rH_2 faible) et moins chargé en sels (ρ élevé), et donne une information sur l'état et la stabilité d'un système. Plus sa valeur est faible, plus la pile est chargé en électrons et mieux elle va conserver sa charge.

On constate que les huiles essentielles sont de remarquables correctrices de terrain.

- **Elles sont acides et corrigent l'alcalinisation organique (infections)**
- **Elles sont réductrices: elles atténuent les effets du stress, favorisent la concentration de l'énergie et du tonus et ralentissent le vieillissement cellulaire**
- **Elles augmentent la résistivité. Le corps peut se comparer à un accumulateur polarisé et les huiles essentielles possèdent une résistivité très élevée (5 000 à 10 000² ohms) et agissent comme de puissants correcteurs de la résistivité organique**

D'après vernoux.org/***bioelectronique/bioelectronique***_vincent.pdf

LA BIOÉLECTRONIQUE VINCENT

En bio-électronique, l'eau, ce liquide parfaitement atypique, est placée au centre de tout ce qui touche au vivant. **Or, la vie naît et se construit dans un environnement acide et réduit, c'est-à-dire dans un milieu riche en protons (magnétisme positif) et en électrons (électricité négative).** Tout organisme stocke et se nourrit, en quelque sorte, de protons et d'électrons pour se développer. En vieillissant, il a de plus en plus de mal à maintenir leurs taux à un niveau adéquat, entraînant des pathologies et des phénomènes de dégénérescence, et, au bout du chemin, la mort. Une nourriture et certains compléments alimentaires riches en anti-oxydants, c'est-à-dire riches en électrons, peuvent l'aider à ralentir ce processus. Les radicaux libres, en revanche, ont l'effet contraire et vont avoir tendance à vider les piles biologiques.

Parallèlement aux phénomènes d'oxydation et d'alcalinisation qui vont aussi agir sur les processus chimiques et biochimiques dans l'organisme, un autre phénomène intervient. En début de vie l'organisme est riche en eau et ses fluides circulants et liquides intracellulaires ont une résistivité ρ élevée (riche en eau par rapport aux électrolytes (cations et anions en solution). En vieillissant, l'eau diminue (dessèchement) et la concentration d'électrolytes augmente (encrassement) faisant ainsi baisser la résistivité (...et aussi la résistance de l'organisme face aux agressions extérieures). La mort interviendra quand les limites de dessèchement, d'encrassement et donc de résistivité sont dépassées. Autrement dit, en facilitant de trop le passage du courant électrique, il se produit une sorte de décharge accélérée des piles biologiques, dépassant alors la capacité de l'organisme de maintenir leur charge à un niveau de bonne santé.

La bio-électronique cherche à déterminer et à cataloguer les limites pour le bon fonctionnement d'un milieu biologique. Pour le sang d'une personne en bonne santé, par exemple, le pH devrait se situer aux alentours de 7,4, le rH_2 autour de 24 et le ρ autour de 210. En cas de déviations importantes, l'ensemble de l'organisme concerné est affaibli et, à moins de pouvoir réagir et corriger la situation, risque de tomber malade ou devenir victime d'un parasite. Pour l'être humain et les animaux ce redressement peut s'opérer par la fièvre, une crise néphrétique, la diarrhée, un changement de nourriture, une intervention chirurgicale, un médicament, etc.. Pour le sol et les plantes ça peut se faire par une intervention mécanique, la fertilisation, des engrais verts, des pulvérisations foliaires, les préparations biodynamiques, etc.. Une mesure bio-électronique ne peut pas remplacer une analyse chimique et biochimique lorsqu'on souhaite connaître la composition du système étudié. Des solutions très différentes peuvent avoir des coordonnées bio-électroniques identiques. D'un autre côté, pour un type de solution donné (sol, compost, sève, sang, lait, fruits, vin, légumes, etc.), les coordonnées bio-électroniques révèlent toujours toute modification significative. Grâce à la rapidité et au faible coût des mesures, cette caractéristique donne à la bio-électronique une valeur tout à fait particulière dans le cadre d'études comparatives ou encore pour fournir des informations complémentaires pour des analyses plus classiques.

La bioélectronique permet de mieux apprécier l'état ponctuel d'un terrain biologique, son évolution et la manière dont une intervention, une substance, un champ électromagnétique, des influences climatiques, saisonniers ou cosmiques, etc. vont l'influencer et le modifier.

"*Ce qui entretient la vie est un petit courant électrique alimenté par le soleil*". Albert Szent-Györgyi (1893-1986,) Prix Nobel de Médecine-Physiologie 1937

Le soleil, par le biais de la chaleur et de la photosynthèse, est la source d'énergie et d'électrons (e-) qui rend la vie sur terre possible. Son action quant aux électrons transforme l'eau, le gaz carbonique, l'azote, l'oxygène, le souffre, le phosphore et quelques autres éléments en "briques" et en "carburant" qui servent de base à tout ce qui vie sur la planète. En partant de ces éléments, la fixation de l'azote et du gaz carbonique ainsi que la synthèse des glucides (hydrates de carbones), des protéines, des lipides, des vitamines, etc. repose sur des réactions d'oxydo-réduction (transfert d'électrons) et sur des réactions acido-basique (transfert de protons) qui sont au coeur de la bioélectronique.

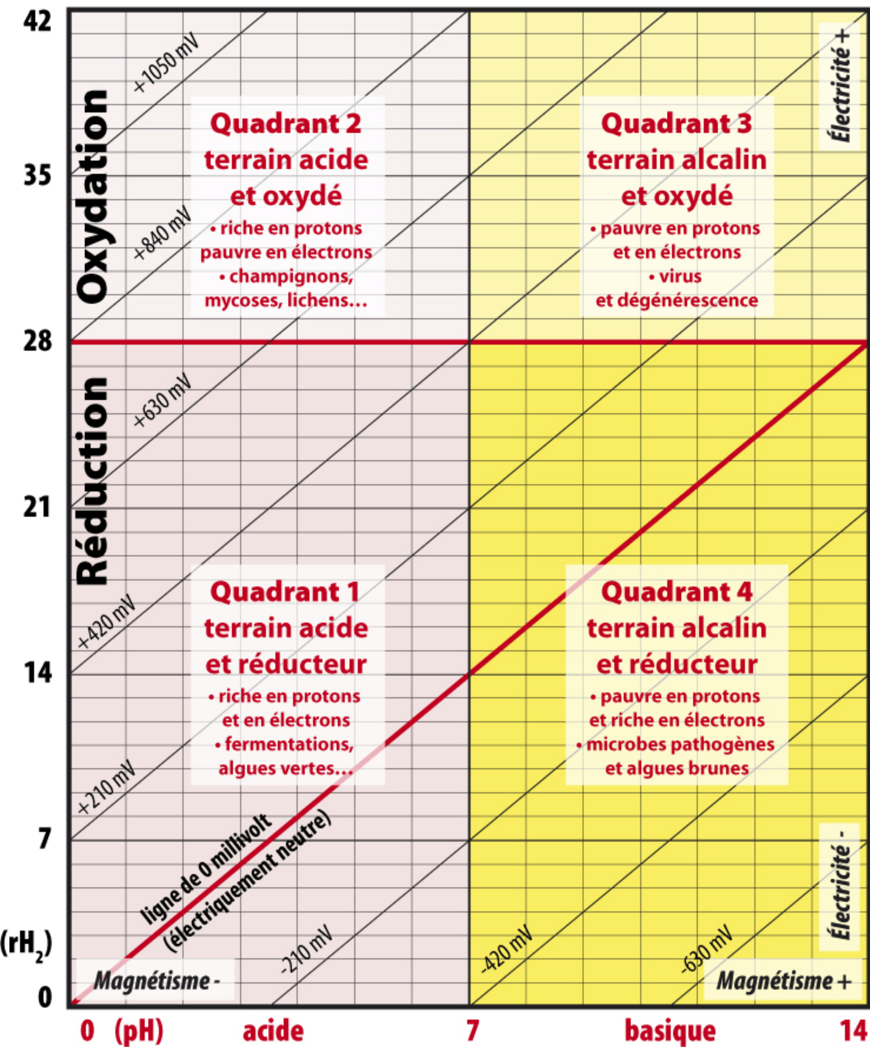
Photosynthèse (réduction primaire) : $6\ CO_2 + 6\ H_2O + 12\ e^- \leftrightarrow C_6H_{12}O_6$ (fructose) $+ 6\ O_2$

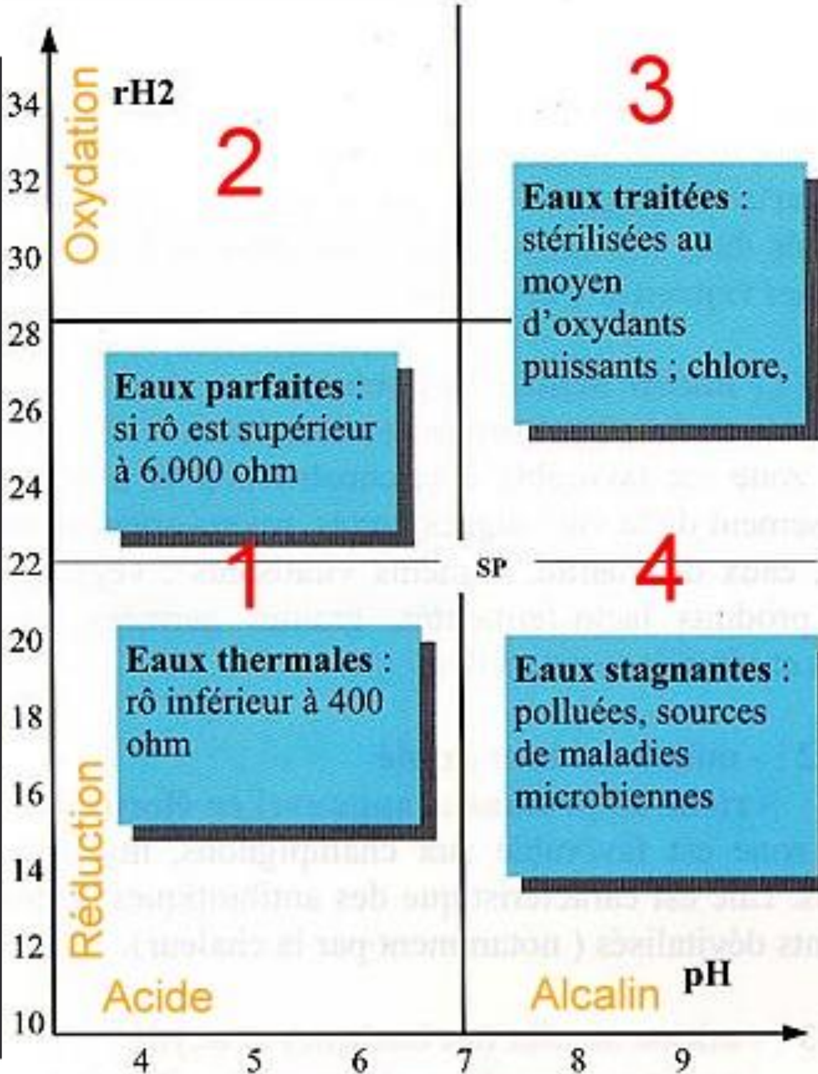
Fixation de l'azote (réduction secondaire) : $C_6H_{12}O_6 + 4N_2 + 6\ H_2O\ 24\ e^- \leftrightarrow 6\ CO_2 + 8NH_3$

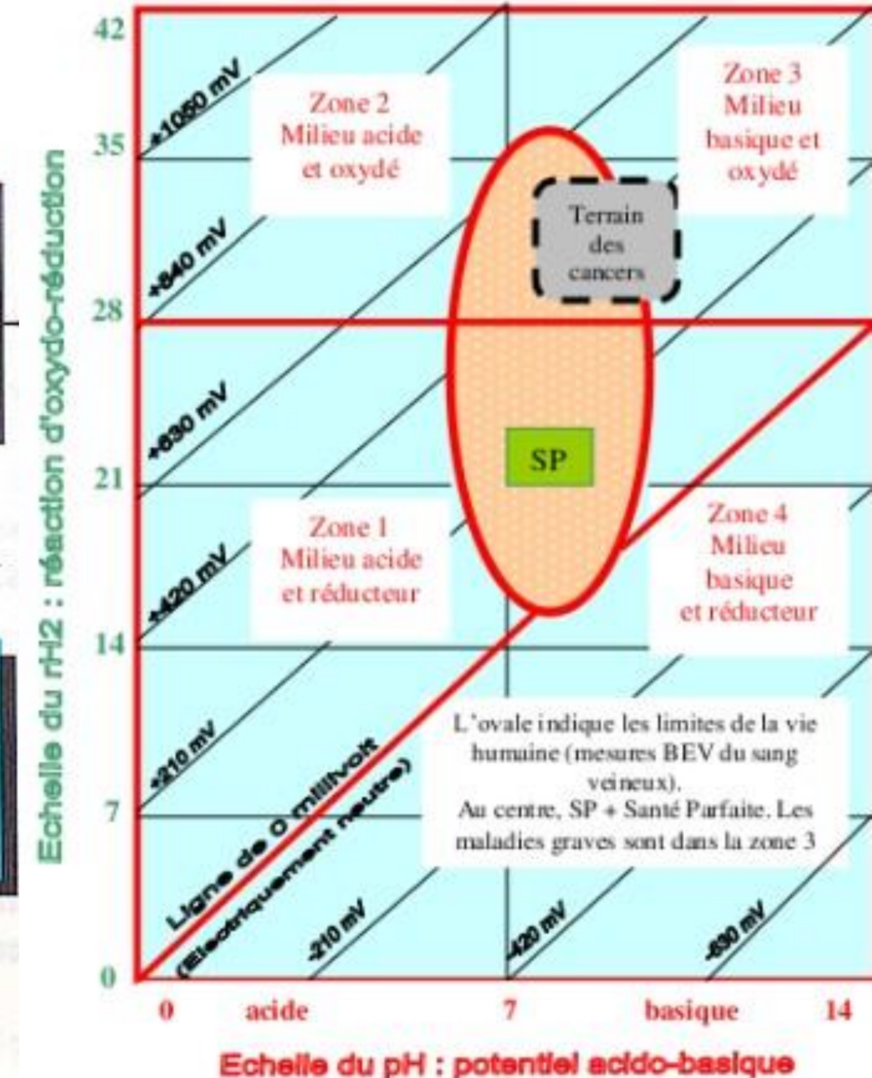
La bioélectronique s'avère d'une grande utilité pour comprendre et suivre les processus physiologiques liés aux échanges ioniques et énergétiques, à la fécondation, la germination et le développement d'un organisme, la digestion, l'absorption d'éléments nutritifs et le métabolisme, l'activité enzymatique et hormonale, les interactions ADN-protéines, l'expression des gènes, la stabilité du génome, les pathologies, les cycles circadiens et saisonniers, l'homéostasie, les carences et la toxicité des métaux, etc.. La BEV est donc un outil particulièrement intéressant en agriculture, permettant notamment d'étudier le fonctionnement d'un sol et d'une plante. Mais elle peut aussi avoir son intérêt dans le domaine vétérinaire et par rapport à la santé humaine. Pour les cultures, les champs d'application sont multiples : fertilisation — choix des espèces d'un engrais vert, problèmes de blocages et d'asphyxie (p.ex hydromorphie) — équilibre sanitaire et suivi des cultures — maladies et parasitisme — pression d'adventices — influences climatiques et cosmiques.

D'après vernoux.org/**bioelectronique/bioelectronique**_vincent.pdf

LES QUATRE TERRAINS BIOÉLECTRIQUES







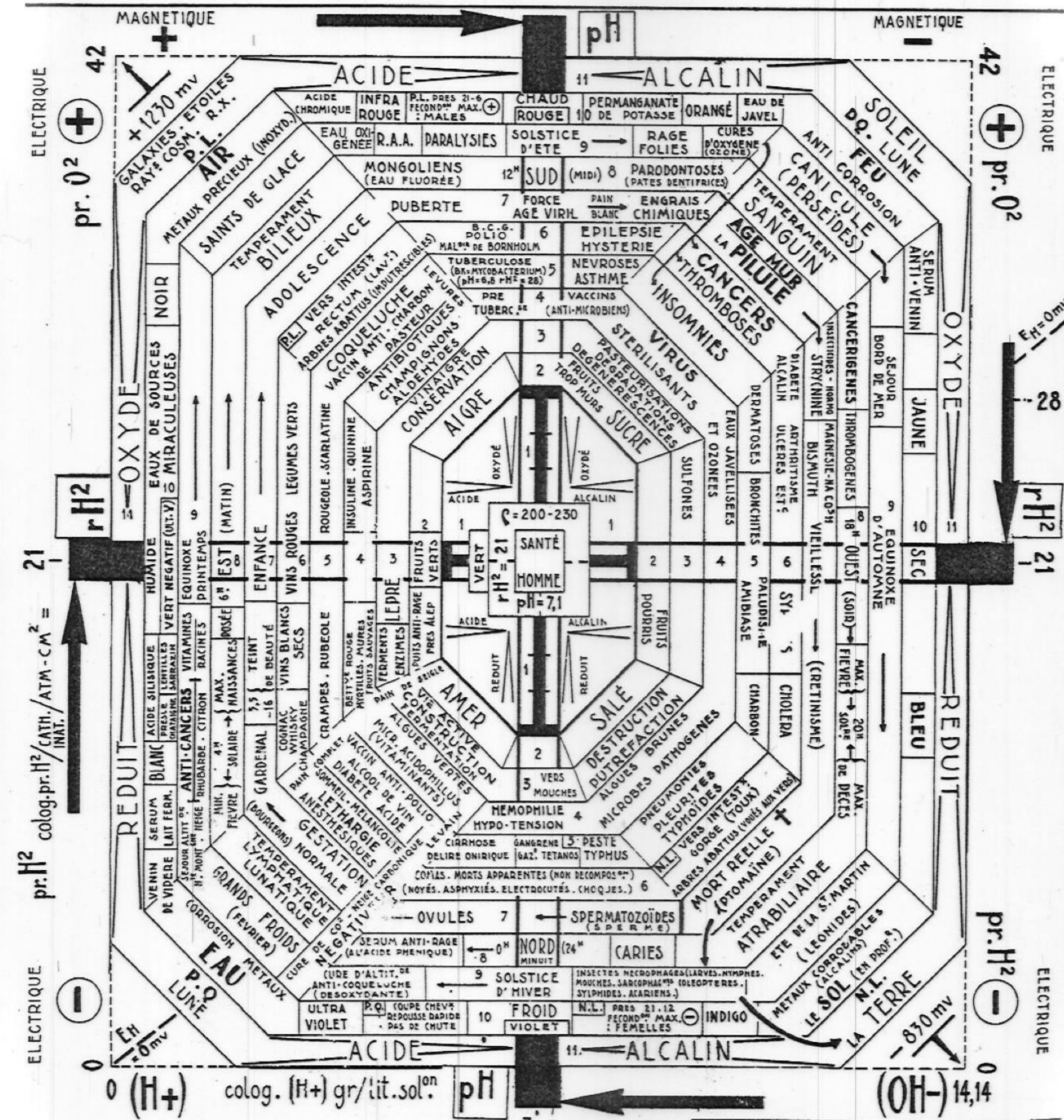
D'après *www.soin-de-la-terre.org/wp-content/.../bio**electron**ique_vincent-U.-Schreier.pdf*

BIO-ELECTRONIGRAMME

« L'UNIVERS ET LA VIE »

GRAPHIQUE

TYPE "THIBETAIN" OU A "SAUVASTIKA"



EDITIONS DE "LA SOURCE" - 63 - MARSAT

CONDENSÉ DES MESURES ET CONTROLES BIO-ELECTRONIQUES EFFECTUÉS DEPUIS L'ORIGINE (1950) ET RASSEMBLÉS PAR L.-CL. VINCENT. DECEMBRE 1956.

La SANTE : état d'équilibre bio-électronique entre toutes les tendances, se situe au Centre de la **CROIX**. Les divers éléments maladies, médicaments, etc, sont répartis autour de ce Centre suivant leurs propres caractéristiques éléctroniques qui constituent le **TERRAIN**.

Le **SAUVASTIKA** est une **«CROIX TOURNANTE»** dans le sens de succession des phénomènes : Printemps à Hiver ; Naissance à Mort, etc.

D'après www.soin-de-la-terre.org/wp-content/.../bio***electroni***que_vincent-L.-Schreier.pdf

NIVEAU VIBRATOIRE

Le niveau vibratoire de notre planète change grâce à l'influence cosmique. Le bombardement constant de notre soleil et des différentes constellations aide notre système solaire à augmenter ses états vibratoires. Ainsi la terre bénéficie de ses rayonnements qui lui permettent d'évoluer.
A chaque nouvelle lune et pleine lune, la terre et la mer absorbent aussi de nouvelles énergies qui augmenteront l'état vibratoire de notre planète.
La terre reçoit ses énergies grâce à ses vortex ou chakras situés tout autour du globe qui lui permettent de recueillir des énergies subtiles, comme l'être humain.
Or, **cette élévation du niveau vibratoire de la Terre nécessite de la part de nos organismes, une adaptation constante**.

Elle est en grande partie responsable des états de fatigue, des grandes émotivités, des anxiétés, des déprimes et des troubles du sommeil que l'on rencontre fréquemment de nos jours. Et si cette inadaptation persiste, cela peut mener à de véritables maladies.
Pour aider notre corps à s'adapter à ce phénomène général, il convient de prendre un peu plus de temps pour lui permettre de **récupérer, se détendre et se reposer**.

Une alimentation saine, biologique et équilibrée est souhaitable, si possible exempte de produits chimiques.

Tout ce que l'on mange et boit a une influence sur notre santé mais également sur notre fréquence vibratoire.

Les aliments, quant à eux, ont aussi une fréquence. Certains aliments ont de fortes vibrations, ce qui peut nous procurer beaucoup d'énergie.

<u>Taux vibratoires de quelques aliments</u>

Légumes verts, jus d'herbe de blé	70-90 MHz
Amandes crues	40-50 MHz
Herbes sèches	15-22 MHz
Herbes fraiches	20-27 MHz
Hamburgers, fast-food	3-5 MHz
Aliments en conserves	0 MHz
Aliments surgelés	0 MHz

L'utilisation de l'énergie électrique pour inverser ou éliminer la maladie a conduit à la recherche et la découverte de fréquences électriques d'huiles essentielles. Les mesures du pouvoir vibratoire ou de radiation électro-magnétique des huiles essentielles est effectué par radiesthésie.

Les fréquences d'huiles essentielles vont de 52 MHz jusqu'à 320 MHz. **La Rose (Rosa damascena) est l'huile essentielle qui a la plus forte fréquence de toutes les huiles à 320 MHz.** Les huiles essentielles sont une source de fréquences plus élevées pour maintenir notre bonne santé.

<u>Taux vibratoire de quelques huiles essentielles (de 52 à 320 MHz)</u>

Basilic (Occinum basilicum)	52 MHz
Menthe poivrée (Mentha piperita)	78 MHz
Juniper (Juniperus cosperma)	98 MHz
Myrrhe (Commifera myrrha)	105 Mhz
Camomille Allemande (matricaria reticulata)	108 à 138 MHz
Hélicryse italienne (Helycrisum italicum)	181 à 192 MHz
Lavande Vraie (Lavandula angustifolia)	118 à 150 MHz
Rose de Damas (Rosa damascena)	300 à 350 MHz

Les huiles essentielles émettent des rayonnements électromagnétiques dont les longueurs d'ondes varient selon les molécules qu'elles contiennent. **Elles rechargent donc les organismes déficients en énergie en leur cédant des électrons.** La recharge électrique des batteries cellulaires et du système sympathique semble par les cellules sensitives et les terminaisons du nerf olfactif et les cellules sympathiques du nez , de la langue, des muqueuses pulmonaires, digestives, et de de la peau. De là les influx électriques sont transmis aux centres cérébraux et mis en réserve: cerveau, bulbe rachidien, ganglions nerveux vertébraux, ganglions des surrénales etc. Nos défenses naturelles sont tributaires de nos réserves d'énergie.

Les odeurs des huiles essentielles véhiculent un message puissant. La fréquence de chaque odeur est une information vibratoire précise. Respirer ces odeurs influence donc la qualité énergétique de l'air inspiré.

D'après *https://r-eveillez-vous.fr/taux-vibratoire-energetique/*

TAUX VIBRATOIRE

D'après *https://r-eveillez-vous.fr/taux-vibratoire-energetique/*

Le taux vibratoire correspond à une intensité énergétique, ce qui correspond à un a échange d'électricité magnétique entre les divers éléments existants. Nous sommes composés d'énergie densifiée et nous vivons dans un « bain » d'énergie éthérée il y a interaction permanente entre ces différentes qualités de vibrations. Dans l'univers et sur notre planète, rien n'est neutre ou immobile; tout agit sur tout et vibre et ondule en permanence, tout est solidaire; l'individualisme énergétique n'existe pas; c'est pour laquelle toute action de notre part, quelle qu'en soit la forme agit sur ce qui nous entoure et le modifie.

Le taux vibratoire est **défini comme le nombre d'oscillations périodiques, de vibrations ou d'ondes par unité de temps (comme en musique). On peut donc mesurer la vibration de l'énergie en comptant le nombre de cycles par seconde de l'onde d'énergie exprimé communément en Hertz**.

Ce qui implique que nous pouvons le modifier et le faire augmenter; c'est le but de l'évolution spirituelle. Toute l'humanité a vocation à élever sa vibration et à l'ajuster à celle de sa planète, laquelle évolue également en fonction des vibrations émises par les autres planètes de sa galaxie, et ainsi de suite à tous les niveaux de la création cosmique. L'élévation du taux vibratoire d'un individu augmente son intuition, qui représente sa capacité à être inspiré par des êtres supérieurs désincarnés et des guides spirituels.

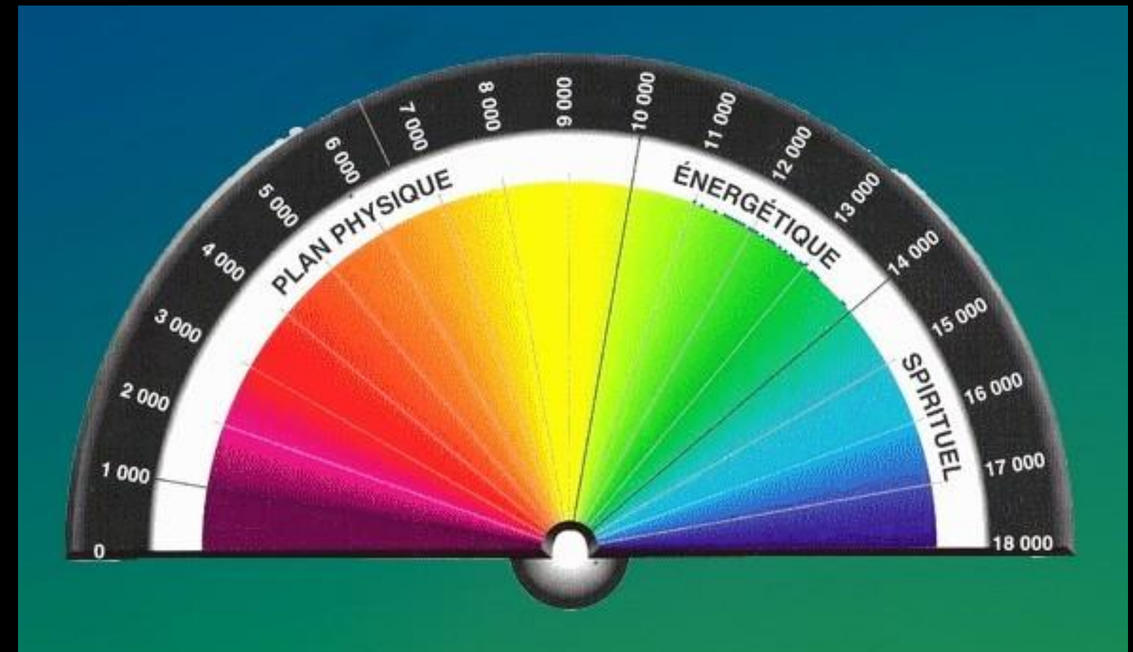
Les vibrations que nous émettons créent un champ autour de nous qui entre en contact avec les lieux, les êtres et les objets qui nous entourent: cet échange de rayonnement a pour effet de créer des affinités ou des inimitiés, de nous rapprocher ou de nous éloigner les uns des autres. C'est l'application occulte du dicton populaire « qui se ressemble, s'assemble ». La sympathie, l'antipathie, l'amour ou la haine en découlent.

Sur le plan sanitaire, le fait d'augmenter le taux vibratoire des cellules de l'organisme a pour effet de faire barrage à la maladie qui déclenche un abaissement du même taux. Le magnétisme curatif correspond à un transfert d'énergie du magnétiseur vers le patient ayant pour effet de relever son taux vibratoire. L'énergie est en constant mouvement; toutes les énergie vibrent à différentes fréquences. Le processus d'évolution s'accomplit par une augmentation du taux vibratoire en réponse à l'action d'attirance des énergies supérieures. C'est la prise de conscience de ce besoin d'ajustement qui permet d'atteindre l'harmonie vibratoire nécessaire au bon équilibre existentiel et à une progression spirituelle régulière.

Un nettoyage s'impose pour se libérer de nos peurs, de nos pulsions, de nos colères, qui nous polluent et contribuent à abaisser notre rythme vibratoire, de nos mauvaises habitudes de vie inculquées par une société de consommation, futile et matérielle, qui nous rabaissent en nous enfermant dans un comportement mécanique stéréotypé. Nous devons nous alléger, nous épurer, afin justement d'augmenter notre taux vibratoire en vivant consciencieusement en esprit.

Cette constatation est extrêmement importante et il est de plus en plus fréquent à présent de rencontrer des personnes dont le taux vibratoire personnel est en cours d'harmonisation avec les nouvelles fréquences de la planète.

Si la majorité des personnes en est encore à 6 à 7 000 rationnellement admis, certaines personnes dont le style de vie (spirituel et physique) est en adéquation avec les grandes valeurs humaines et universelles, ont largement dépassé les 100 000 unités de Bovis en taux de vibration du corps physique



FRÉQUENCES DANS LE VIVANT

Parmi les nombreuses façons qu'à un radiesthésiste de mesurer les énergies, l'échelle de Bovis fait partie des plus communément utilisées. Elle est habituellement graduée de 0 à 18 000 unités, la précision entre chacune d'elle dépend des informations que l'on veut obtenir. Par principe, on prendra la valeur 6 500 comme neutre pour la santé d'un individu moyen. Si votre taux vibratoire est de 8 500, les objets ou les lieux se trouvant à des taux vibratoires de 6 500 ou moins (et donc en dessous de vos 8 500) ne vous conviendront pas. Comme n'importe quelle échelle, elle donne une représentation chiffrée du taux vibratoire (TV). On peut donc connaître le taux vibratoire d'une pomme, d'une bague, d'un organe, d'une pièce, d'une maison, d'une personne…

Un homme capable de magnétiser les gens, se situe, en général, entre 8 500 et plus, vers les 9 000 il n'est pas rare qu'il ait une capacité de clairvoyance. Les hauts lieux cosmo telluriques sont souvent en dessous de 10 000. Les minéraux ont un taux vibratoire harmonisé avec celui du sol sur ils se trouvent **: les pensées négatives réduisent la fréquence mesurée de 12 MHz et des pensées positives augmentent la fréquence mesurée de 10 MHz. Il a également été constaté que la prière et la méditation augmentent les niveaux de fréquence de mesure de 15 MHz.**

<u>Fréquences du corps humain en MHz :</u>

· Fréquence normale du cerveau (tête) 6h00-18h00 est **70-78 MHz**
· Fréquence de cerveau à **80-82 MHz**, indique un génie
· Corps sain (cou) 6:00 h à 18:00 est **62-68 MHz**
· Thyroïde et parathyroïde glandes sont **62-68 MHz**
· Thymus est **65-68 MHz**
· Cœur est **67-70 MHz**
· Les poumons sont **58-65 MHz**
· Le foie est **55-60 MHz**
· Pancréas est de **60-80 MHz**
· Quand commence la maladie, (le rhume) **59-60 MHz**
· L'estomac est **58-65 MHz**
· Côlon ascendant est **58-60 MHz**
· Côlon descendant est **58-63 MHz**
· Symptômes grippaux à **58 MHz**
· Infection virale à **55 MHz**
· Répartition tissulaire de la maladie à **48 MHz**
· Cancer à **42 MHz**
· Décès commence à **20 MHz**

Les aliments, quant à eux, ont aussi une fréquence. Certains aliments ont de fortes vibrations, ce qui peut nous procurer beaucoup d'énergie.
Légumes verts, jus d'herbe de blé …. **70-90 MHz**
Amandes crues ……………………………… **40-50 MHz**
Herbes sèches ……………………………… **15-22 MHz**
Herbes fraiches …………………………… **20-27 MHz**
Hamburgers, fast-food ………………… **3-5 MHz**
Aliments en conserves………………… **0 MHz**
Aliments surgelés ……………………….. **0 MHz**

Les fréquences d'huiles essentielles vont de 52 MHz jusqu'à 320 MHz. **La Rose (Rosa damascena) est l'huile essentielle qui a la plus forte fréquence de toutes les huiles à 320 MHz.**

Donneurs ou capteurs d'électrons (énergie électronique), les structures moléculaires aromatiques sont, à un niveau plus subtil, réceptrices et émettrices d'ondes (énergie vibratoire). Cependant il faut garder à l'esprit que les fréquences d'huiles essentielles varient selon chaque lot, les conditions, les sols et de plus en plus les conditions météo.

Une substance colorée émet des ondes lumineuses correspondant à une énergie vibratoire à double composante, électrique et magnétique. Rappelons que la couleur perçue représente les composantes lumineuses non absorbées par la matière qui la reflète. Les huiles essentielles sont diversement colorées ; tout le spectre est représenté. Au-delà de leur activité biologique liée aux structures moléculaires proprement dites, elles agissent par recharge électromagnétique, principalement au niveau des récepteurs neuroendocriniens. Cette approche permet de superposer les deux cadres conceptuels : celui de l'énergétique moderne, et celui de l'énergétique traditionnelle indo-européenne (médecine ayurvédique).

<u>Taux vibratoire de quelques huiles essentielles :</u>
Camomille Allemande …. 108 à 138 MHz
Hélicryse italienne ……. 181 à 192 MHz
Lavande Vraie …………… 118 à 150 MHz
Rose de Damas …………… 300 à 350 MHz

D'après https://r-eveillez-vous.fr/taux-vibratoire-energetique/ et https://chrysalyda.com/2014/07/11/le-pouvoir-vibratoire-des-huiles-essentielles/

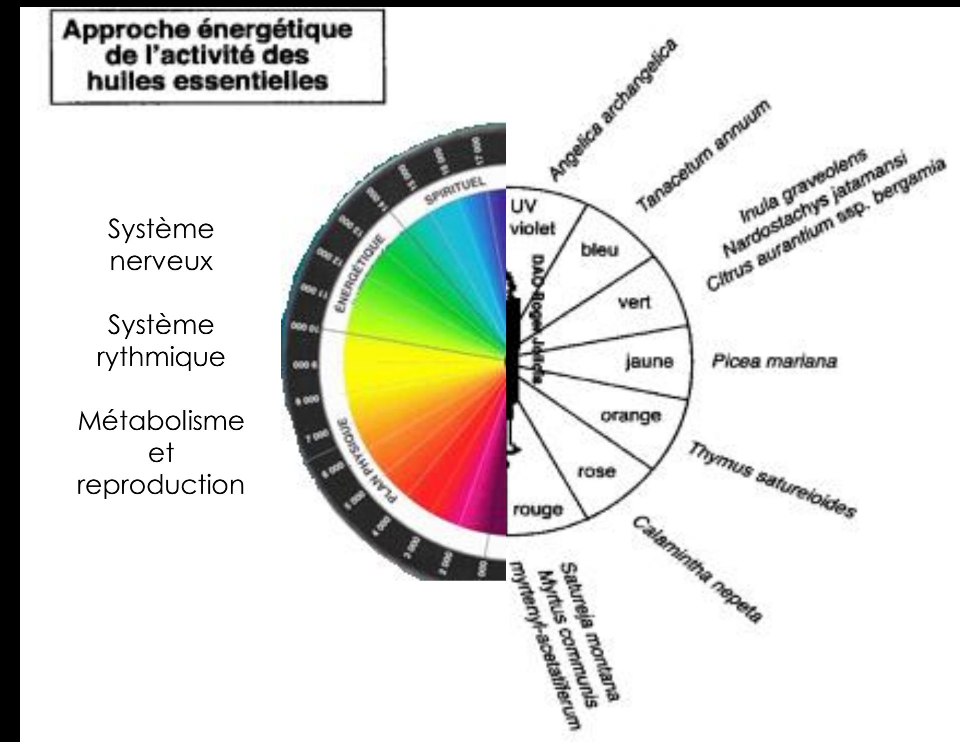
ACTIVITÉ ÉNERGÉTIQUE

Les autres types d'ondes ne font participer qu'une des composantes ou magnétique, domaine des sons et infrasons : ondes élastiques (ondes de forme, de pression ou de déformation) ; ou électriques, domaine des odeurs: probablement encore ondes élastiques. Un papillon femelle est capable d'informer un papillon mâle distant de dix kilomètres, par la simple émission de phéromones à doses infimes, de l'ordre de 10-9 mg. Les phéromones comportent des structures voisines des monoterpènes dont elles sont probablement issues ; 1 g de ces substances hormonales représente environ 1022 molécules

La concentration moléculaire dans le volume d'air gigantesque (demi-sphère de 2000 km^3) où se dispersent les phéromones est de 0,5.10-21 g/P, ce qui est équivalent à une II CH(nombre d'Avogadro, limite de la matière discernable), soit une molécule de phéromone par litre d'air (limite de détection chez les animaux). Tenant compte, en outre des courants d'air rendant plus aléatoire encore la rencontre du message chimique avec le destinataire animal, force est de constater que la simple approche chimique de l'information est largement dépassée. Une théorie fondée sur une réception de type électromagnétique, et non plus chimique, a été récemment proposée. Les phéromones émises resteraient dans un certain périmètre autour de la femelle ; ces molécules modifieraient la fréquence de la lumière; cette « lumière modifiée" serait captée à distance par le mâle, et la comparaison entre lumières normale et modifiée correspondrait à un signal sexuel connu. Le mâle serait ainsi attiré vers la zone d'émission phéromonale, où d'autres signaux, en particulier sonores, prendraient le relais. Une molécule serait donc capable de "toucher" plusieurs mâles.

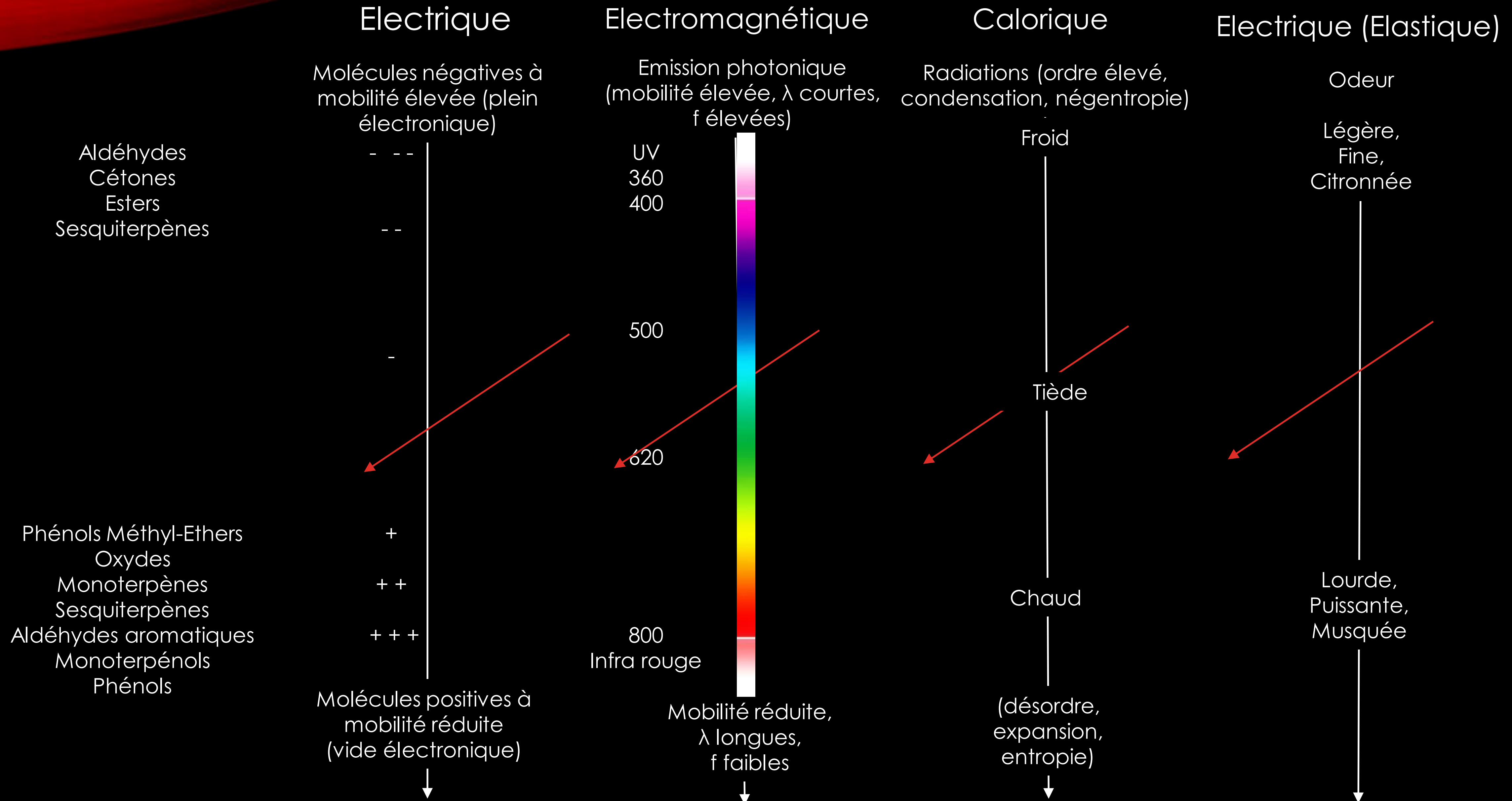
N.B. Les phéromones sont des messagers chimiques constitués d'une ou d'un ensemble de molécules (une à plusieurs dizaines) ; selon les espèces, et les types de messages, les phéromones proprement dites induisent, au niveau intraspécifique, différents comportements ; les allomones, ou kairomones, agissent au niveau interspécifique, ou dans les relations plantes/insectes. Il a été découvert que les citrals jouent le rôle de phéromones chez Periplaneta americana :ils stimulentles cellules olfactives des antennes de ce "cockroach" (Selzer Retal Flaisen 81, 1981).

Signalons également que, **par l'intermédiaire des récepteurs nerveux gustatifs, et surtout olfactifs, les molécules aromatiques sont à l'origine de messages spécifiques; le sens olfactif, en particulier, ayant des corrélations mnésiques, limbiques, émotionnelles, affectives, et sexuelles, de première importance.**



D'après l'Aromathérapie exactement de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

ANALOGIE ENTRE LES DIFFÉRENTES ÉNERGIES



ACTIVITÉ ÉNERGÉTIQUE DES MOLÉCULES AROMATIQUES

Les molécules aromatiques fonctionnent sur l'organisme:

- soit apport d'électrons (négativation);
- soit captation d'électrons (positivation) ;
- soit apport de protons (acidification).

Ainsi, les molécules négatives sont: apaisantes, anti-inflammatoires, et antispasmodiques, agissant d'une manière similaire à celle de la négativation naturelle (mise à la terre), de la négativation électrique, et de l'ionisation atmosphérique négative. La première proposée par L.-Cl. Vincent, la seconde par J. Valnet, et la troisième bien étudiée par G.-R.Rager, et J.Métadier. Les travaux de ces auteurs, et de plusieurs autres, ont montré que **l'ionisation négative semble utile dans les cas suivants: algies post traumatiques et post chirurgicales, angoisse, anxiété, asthénie physique, asthme, atonie gastrique, bourdonnements d'oreille, colite, constipation, déficience générale, dysménorrhée, dyspepsies, eczéma, faiblesse, gastro-entérite, goitre exophtalmique, hypertension artérielle, ictères, insomnie, irritabilité, migraine, nervosisme, obsessions, palpitations, patraquerie, pessimisme, prurit, psychasthénie, rhume des foins, sciatiques, spasmes, en particulier intestinaux, syndrome artéritique, tachycardie, troubles hépatiques et vésiculaires, urticaire, vertiges.**

Les molécules aromatiques positives, quant à elles, agissent soit en captant des électrons, soit, le plus souvent, en donnant des protons. Dans le premier cas, elles agissent en sens inverse des précédentes. Dans le second cas, **elles renforcent l'énergie vitale, ce qui explique leur pouvoir tonique**. Selon la bioélectronique Vincent, les molécules riches en H^+ favorisent une baisse du pH sanguin, et permettent donc de lutter contre l'alcalose sanguine, fondement, selon ce chercheur, et ses continuateurs, de nombreux troubles aboutissant à la dégénérescence organique: infections microbiennes et virales, asthénies profondes, maladies de civilisation, cancers, sclérose en plaques, etc.

Il est intéressant de noter ici que les travaux menés par J. Mars, et mis en pratique dans le cadre de l'aromathérapie par P. Franchomme, confirment la théorie de L.-Cl. Vincent. En effet, les molécules hydroxyliques (phénols, et alcools) ainsi que l'aldéhyde cinnamique (parmi les rares aldéhydes positifs) sont, d'une part, les substances possédant le plus grand pouvoir anti-infectieux connu, et, d'autre part, possédant des charges fortement positives (à l'état dispersé bien entendu), tout en étant donneurs de protons et acidifiantes (en solution aqueuse), infléchissant le terrain dans le sens inverse de celui reconnu par la bioélectronique Vincent comme favorable au développement des bactéries, et des virus...

D'autre part, il semble que, par l'intermédiaire de mécanismes métaboliques complexes, non encore élucidés à ce jour, les composants des huiles essentielles puissent influencer les grands systèmes biologiques (immunomodulation, thermogenèse, etc.). Ainsi, de nombreuses huiles essentielles testées selon la méthode informatique proposée parle CEIA (Centre Européen d'Informatique et d'Automation) montrent des activités immunorégulatrices évidentes. D'autre part, certaines huiles essentielles sont, de manière flagrante, actives sur la thermogenèse.

D'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël



HYPERSENSIBILITÉ ÉLECTRIQUE

Un champ électromagnétique est le couplage d'un champ électrique et d'un champ magnétique. Les champs électromagnétiques peuvent être considérés selon trois grands domaines de fréquences : les champs statiques (0 Hz),les champs basses fréquences (de 0 à 10 kHz environ), les radiofréquences (d'environ 10 kHz à 300 GHz).

Bluetooth, Wi-Fi, RFID, téléphonie mobile, *etc*., les technologies utilisant les radiofréquences se sont largement développées ces 20 dernières années. De ce fait, les sources de champs électromagnétiques radiofréquences se multiplient dans notre environnement, constituant un objet de préoccupation sanitaire et environnemental depuis plusieurs années, en France et à l'étranger. Ce sujet fait ainsi l'objet d'une actualité permanente tant du point de vue scientifique que du point de vue politique et médiatique.

Ces nouvelles technologies sont susceptibles d'augmenter l'exposition de la population générale ou des utilisateurs et s'accompagnent de multiples questions (utilisation, métrologie, effets biologiques et cliniques, épidémiologie, réglementation, …), ainsi que d'inquiétudes diverses, en fonction des applications considérées, portant notamment sur leurs possibles impacts sanitaires. Dans ce contexte, le thème des radiofréquences est un sujet de mobilisation majeur pour l'Agence. Pour répondre aux questions soulevées par les usages des radiofréquences, l'Anses ('Agence Nationale pour la Sécurité Sanitaire de l'Alimentation, de l'Environnement et du Travail) a expertisé à plusieurs reprises le domaine de leurs effets sanitaires, détail de ces travaux.…

Les champs électromagnétiques extrêmement basses fréquences (EBF) sont notamment émis par les installations électriques et les dispositifs de transport de l'électricité. La question de l'impact sanitaire de ces champs électromagnétiques a été étudiée depuis plusieurs décennies. En dépit d'associations statistiques identifiées par plusieurs études entre l'exposition aux champs électromagnétiques EBF et les leucémies infantiles, aucun lien de cause à effet n'a pu être clairement identifié. La part d'incertitude qui entoure encore la question des effets sanitaires de ces agents, en particulier à long terme, alimente les préoccupations et les interrogations du public, focalisées notamment autour des ouvrages de transport d'électricité. En 2012, l'Agence a réalisé un état des lieux des connaissances disponibles sur cette question, assorti de recommandations.

Hypersensibilité électromagnétique, personne ne peut contester aujourd'hui la réalité du vécu des personnes qui attribuent leurs symptômes à l'exposition aux radiofréquences. Mais aucune preuve scientifique d'une relation de causalité entre l'exposition aux radiofréquences et l'hypersensibilité électromagnétique n'a pu être apportée jusqu'à présent. La plupart des recherches sur l'hypersensibilité électromagnétique ont pâti, jusqu'à une date récente, d'une approche inadaptée de symptômes subjectifs (qui constituent l'essentiel de cette situation clinique). Un progrès vient d'être accompli avec la quantification de ces symptômes et leur regroupement en composantes. L'harmonisation des méthodes utilisées laisse espérer la mise au point d'un outil diagnostic acceptable. Parallèlement, un faisceau d'indices concordants a été recueilli, suggérant fortement que des facteurs neuro-psychiques individuels interviendraient, au moins en partie, dans la genèse de l'hypersensibilité électromagnétique. Les seuls résultats positifs obtenus à ce jour sur le plan thérapeutique sont ceux obtenus par des thérapies comportementales ou des prises en charge globales.

D'après *La mise à jour de l'expertise relative aux radiofréquences*, **Anses - Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail**

Bande de fréquences	Services / Applications
9 kHz – 30 MHz	Radiodiffusion Grandes Ondes, Ondes Moyennes et Ondes Courtes - Détecteurs de victimes d'avalanches - Trafic amateur - Systèmes de détection antivol (RFID) - Lecteurs de cartes sans contact (RFID) - Applications médicales (*)
30 MHz – 87,5 MHz	Télédiffusion analogique et numérique (bande I) - Réseaux professionnels (taxis, pompiers, gendarmerie nationale, réseaux radioélectriques indépendants, etc.) - Radioamateurs - Microphones sans fil - Radiolocalisation aéronautique - Radars - Applications médicales (*)
87,5 – 108 MHz	Radiodiffusion en modulation de fréquences (bande FM)
108 – 136 MHz	Trafic aéronautique (balisage et bande « air »)
136 – 400 MHz	Télédiffusion analogique et numérique (bandes II et III) - Réseaux professionnels (police, pompier, SAMU, etc.) - Fréquences réservées au vol libre (talkies walkies) - Trafic amateur (bande « des 2 mètres ») - Trafic maritime (bandes VHF marine) - Radiomessagerie ERMES
400 – 470 MHz	Balise ARGOS - Réseaux professionnels (gendarmerie, SNCF, EDF, etc.) - Trafic amateur (bande « 432 ») - Télécommandes et télémesure médicale – Systèmes de commande (automobile (RFID) - Réseaux cellulaires TETRA et TETRAPOL - Applications médicales(*)
470 – 860 MHz	Télédiffusion bandes IV et V (analogique et numérique)
860 – 880 MHz	Bande ISM (Industriel, Scientifique, Médical) : appareils à faible portée de type alarmes, télécommandes, domotique, capteurs sans fil, RFID
880 – 960 MHz	Téléphonie mobile GSM 900 : voies montantes et voies descendantes
960 – 1710 MHz	Radiodiffusion numérique - Réseaux privés - Faisceaux Hertziens
1710 – 1880 MHz	Téléphonie mobile GSM 1800 : voies montantes et voies descendantes
1880 – 1900 MHz	Téléphones sans fil DECT
1920 – 2170 MHz	Téléphonie mobile UMTS
2400 – 2500 MHz	Bande ISM : réseaux Wi-Fi - Bluetooth - Four micro-onde
3400 – 3600 MHz	Boucle locale radio large bande de type WiMAX
> 3600 MHz	Radars - Boucle locale radio - Stations terriennes – Faisceaux Hertziens

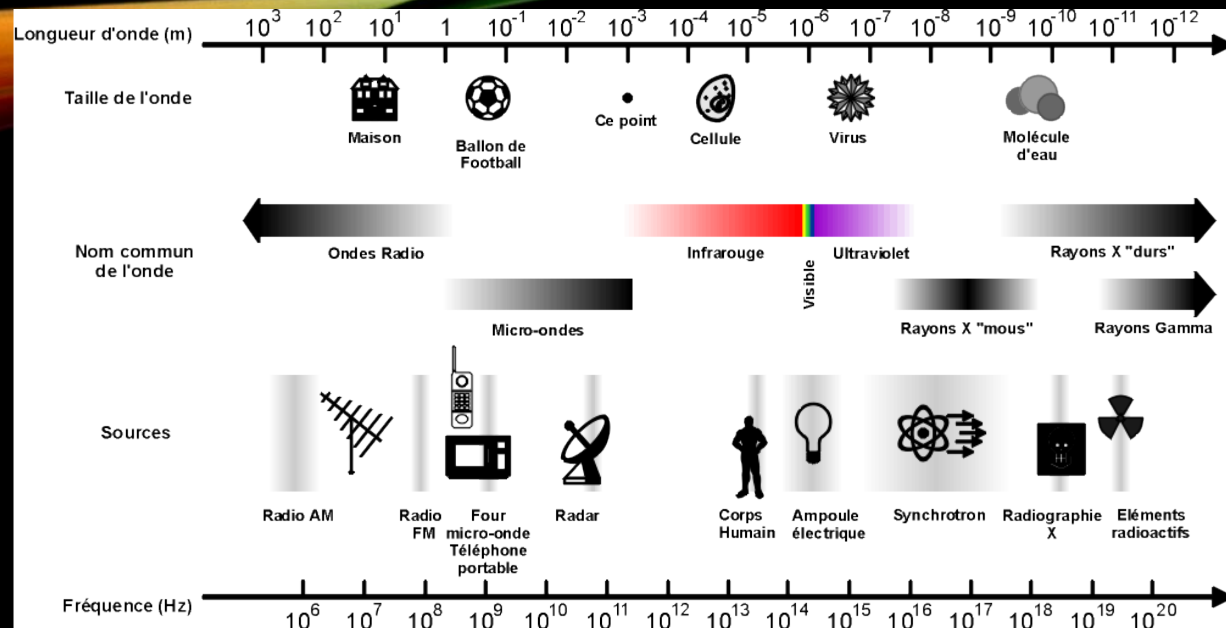
D'après *La mise à jour de l'expertise relative aux radiofréquences*, **Anses - Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail**

MESURE DE L'EXPOSITION AUX RADIOFRÉQUENCES

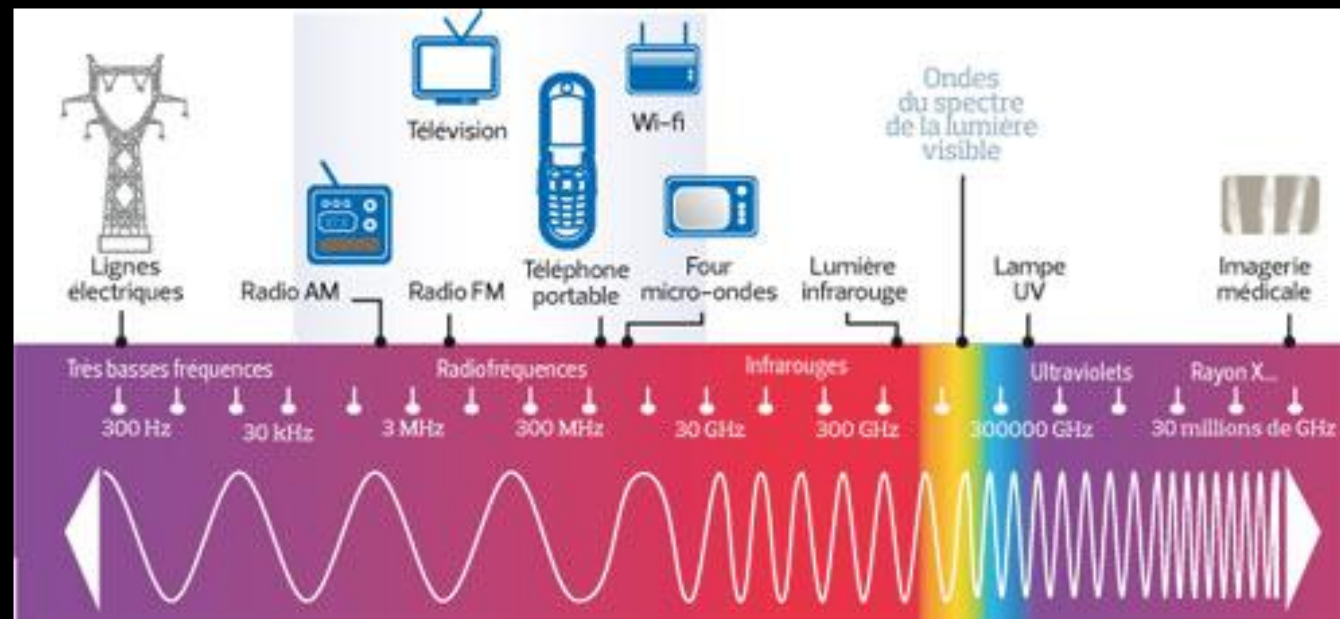
Sources proches du corps		
Application	Puissance	Exposition (DAS)
Téléphone mobile	2 W max	< 2 W/kg
Talkie-Walkie	0.5 W max	<< 2 W/kg
Téléphone sans-fil DECT	0.25 W max	< 0.1 W/kg
RFID	Entre 0.01 W et 2 W max	<< 2 W/kg
Wi-Fi	0.1 W max	< 0.2 W/kg
Interphone Bébé	0.01 W max	< 0.1 W/kg
Bluetooth	Entre 0.001 et 0.025 W max	< 0.01 W/kg

Sources éloignées du corps		
Application	Puissance	Exposition (DAS)
Radars	Jusqu'à plusieurs fois 1 000 000 W	Extrêmement forte à 5 m
Emetteur Radio AM	1 000 000 W	Extrêmement forte à 5 m
Emetteur télévision	Jusqu'à 780 000 W	Très forte à 5m
Emetteur radio FM	Jusqu'à 300 000 W	Très forte à 5m
Télévision mobile personnelle	Jusqu'à 12 000 W	Forte à 5m
Antennes téléphonie mobile	Jusqu'à 30 W	Faible (à 5 m : E < ≈ 10 V/m
WiMax	Jusqu'à 30 W	Faible (à 5 m : E < ≈ 10 V/m
Wi-fi	Jusqu'à 1W	Très faible (à 5m: E > 0,1V/m

D'après *La mise à jour de l'expertise relative aux radiofréquences*, **Anses - Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail**

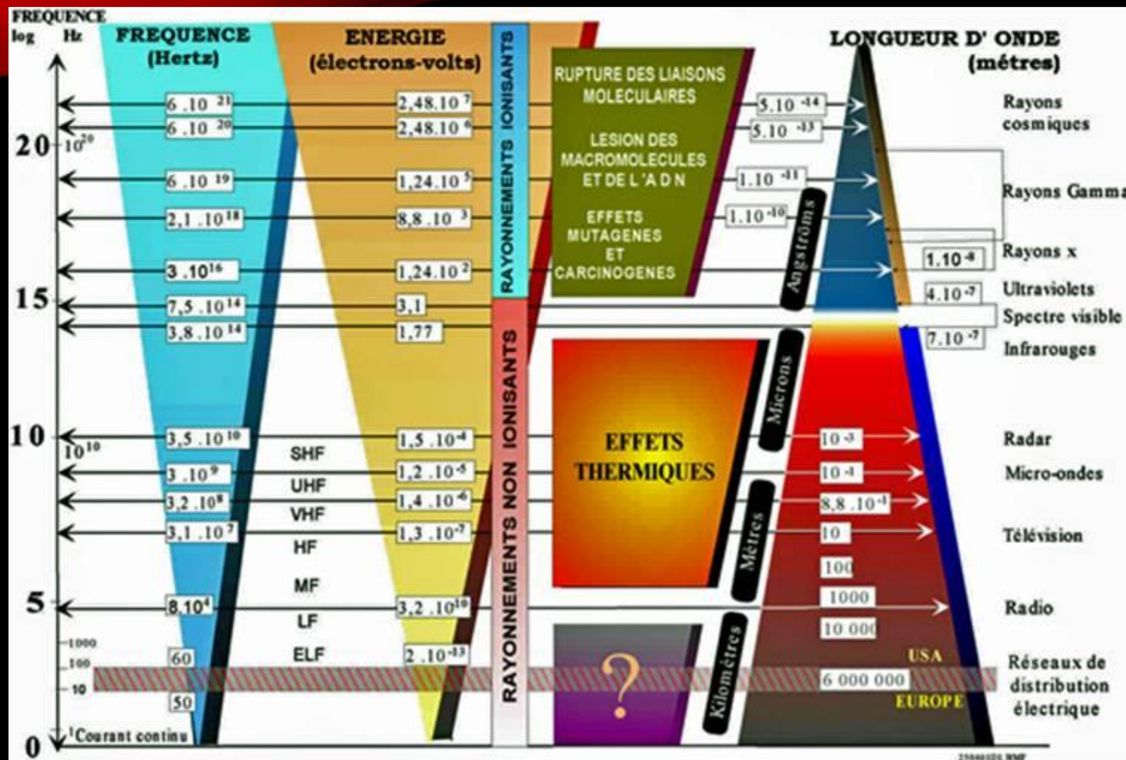


Longueur d'onde (m)
10^3 10^2 10^1 1 10^{-1} 10^{-2} 10^{-3} 10^{-4} 10^{-5} 10^{-6} 10^{-7} 10^{-8} 10^{-9} 10^{-10} 10^{-11} 10^{-12}
Taille de l'onde
Maison
Ballon de Football
Ce point
Cellule
Virus
Molécule d'eau
Nom commun de l'onde
Ondes Radio
Infrarouge
Visible
Ultraviolet
Rayons X "durs"
Micro-ondes
Rayons X "mous"
Rayons Gamma
Sources
Radio AM
Radio FM
Four micro-onde Téléphone portable
Radar
Corps Humain
Ampoule électrique
Synchrotron
Radiographie X
Eléments radioactifs
Fréquence (Hz)
10^6 10^7 10^8 10^9 10^{10} 10^{11} 10^{12} 10^{13} 10^{14} 10^{15} 10^{16} 10^{17} 10^{18} 10^{19} 10^{20}



Lignes électriques
Radio AM
Télévision
Radio FM
Téléphone portable
Wi-fi
Four micro-ondes
Lumière infrarouge
Ondes du spectre de la lumière visible
Lampe UV
Imagerie médicale
Très basses fréquences
Radiofréquences
Infrarouges
Ultraviolets
Rayon X...
300 Hz
30 kHz
3 MHz
300 MHz
30 GHz
300 GHz
300000 GHz
30 millions de GHz

INCIDENCE DES ONDES SUR LE VIVANT



Le graphique ci-dessus montre que **les longueurs d'onde émis par la téléphonie mobile, les fours à micro-ondes et la Wifi sont très proches de celles des tissus biologiques, pouvant donc créer des phénomènes de résonnance électromagnétique**.

Les ondes WiFi à 2 450 MHz possèdent une raie spectrale à 12,25 cm (2,4 GHz), très proche de la fréquence de l'eau (12 cm ou **2,45 GHz**), intermédiaire entre les raies des radicaux biologiques **OH** (**18** cm/1,67 GHz) et **CH** (**9** cm/**3,33 GHz**). Cette dernière fréquence de **3 GHz** est aussi (réf. Science et Vie, avril 2009, p. 96-99) celle des rayonnements cosmiques, qui viennent donc amplifier les rayonnements électromagnétiques d'origine humaine, biologiques et artificiels. Les fréquences utilisées par les radars et les fours à micro-ondes ont en effet une raie à **21** cm/**1,42** GHz) proche de celle de l'hydrogène (**22** cm/**1,36** GHz), **cette proximité étant justement utilisée afin de provoquer un échauffement par résonance (frottement des molécules les unes contre les autres à cette très haute fréquence) dans les aliments**. L'hydrogène présente d'autres raies de résonance à de plus hautes fréquences (656,3 nm/456 791 GHz et 486,1 nm/616 730 GHz).

Les rayonnements électromagnétiques propagent des photons, visibles (dans la fenêtre spectrale de la lumière) **ou invisibles** (hors de cette fenêtre) **mais perçus par notre glande épiphyse**(pinéale). **Celle-ci, qui produit un pic de mélatonine au cours de la nuit, règle de nombreuses fonctions comme les cycles circadiens et les biorythmes. C'est également un des meilleurs destructeurs de radicaux libres, dont l'accumulation perturbe les échanges intracellulaires et extracellulaires par opacification des membranes cellulaires.** La pinéale règle la libération des hormones sexuelles comme les œstrogènes et la testostérone. Une exposition aux rayonnements électromagnétiques (REM) augmente le taux d'œstrogènes chez les femmes et diminue celui de testostérone chez les hommes: "*chute hormonale associée aux cancers du testicule et de la prostate. Deux études ont déjà montré une réduction de **30 %** dans la numération des spermatozoïdes chez des utilisateurs de téléphones portables.*" (Nexus 53, nov.-déc. 2007, p. 73). Les REM augmentent l'adrénaline et donc l'agressivité. Ils font diminuer la production de dopamine, l'hormone du plaisir, dont l'insuffisance se manifeste à terme par la maladie de Parkinson.

La mort des abeilles est vraisemblablement due à leur désorientation (comme les dauphins ou les pigeons voyageurs) par résonance électromagnétique entre leur système d'alignement sur le champ magnétique terrestre et les hyperfréquences de téléphonie mobile. Ces ondes perturbent en effet leurs photorécepteurs (cryptochromes). Or Albert Einstein a prédit que l'humanité n'aurait plus que 4 ans à vivre en cas de disparition des abeilles.

Dans le « Guide de l'habitat sain", les docteurs Déoux consacrent un chapitre à l'environnement électromagnétique et mettent en garde contre les diverses pollutions invisibles. Ils précisent que **le courant électrique à 50 Hz (secteur) émet un rayonnement magnétique nocif s'il dépasse 0,25 µT (250 nanoteslas).** D'après eux, ce rayonnement n'est arrêté par aucune matière (hors matériel de l'armée) contrairement au rayonnement électrique qui peut être éloigné grâce à certains matériaux reliés à la terre. **Ce rayonnement magnétique artificiel est très différent du rayonnement magnétique terrestre car il n'est pas continu mais alternatif (changeant de sens 50 fois par seconde).** La valeur limite de 0,25 µT est très souvent dépassée dans l'environnement plus ou moins proche de certains transformateurs (parfois bien cachés et miniaturisés), appareils électriques, installations urbaines, etc. (allant de quelques centimètres à quelques mètres, même à travers 20 cm de béton !). **Le courant électrique 50 Hz émet aussi un rayonnement électrique de très basses fréquences (ELF) très proches des fréquences de notre organisme (ions de calcium, potassium, etc.), d'où une forte perturbation de certains métabolismes, et nocives si elle dépassent 25 V/m** (à ne pas confondre avec la limite des 0,6 V/m des hyperfréquences du paragraphe suivant).

D'après http://dbloud.free.fr/tole2.htm

INCIDENCE DES ONDES SUR LE VIVANT

Les antennes relais de téléphonie mobile (parfois cachées jusque dans les clochers) émettent des micro-ondes pulsées à 217 Hz, à une puissance de 80 W avec un champ électrique compris entre 41 V/m et 61 V/m. Les antennes de radio FM ont un champ de 28 V/m et celles de TV un champ compris entre 31 et 41 V/m, mais à une puissance de 8 kW en moyenne (réf. Science et Vie 7/09**). On constate que la barrière sang-cerveau, qui filtre le sang arrivant au cerveau, devient dramatiquement plus perméable aux substances toxiques de notre environnement (le phénomène est encore plus grave chez les enfants et adolescents, puisque leur encéphale est en formation**). Ces hyperfréquences, comme la fréquence de 50 Hz et les très basses fréquences (ELF), réduisent dans notre organisme les taux d'hormones anti-oxydantes de l'organisme telle la mélatonine (dont l'effet inhibiteur de croissance des cellules cancéreuses se trouve alors très diminué). Elles affectent les processus enzymatiques et biochimiques. Elles perturbent les cristaux de magnétite du cerveau qui sont responsables du sens de l'orientation des mammifères. Ce sens est perdu par les vaches se trouvant au-dessous des lignes à haute tension.

Les hyperfréquences modifient également la répartition de l'énergie électromagnétique des muscles car elles diminuent les taux d'équilibre des éléments suivants:

- **calcium** (qui a une résonance à 35 Hz, principalement dans le système nerveux central, le cerveau et le cœur). Le biophysicien Andrew Goldsworthy a démontré que l'électrosensibilité se traduisait par une nette **hypocalcémie**;
- Potassium (résonnance à 16 Hz)
- Magnésium et sodium

Il convient par ailleurs de noter que **ces très basses fréquences correspondent à celles des résonnances de Schumann et à celles des rythmes du cerveau, qu'elles peuvent donc perturber par simple résonance.**

Résonnances de Schumann	7,83 Hz	14,3 Hz	208 Hz	27,3	33,8
Rythme cérébral	8,0 Hz (q/a)	13 Hz (a/b1)	b1/b2	b2/b3	B3/g
Suite de Fibonacci	8	13	21	_	34

De plus, selon certains chercheurs, **les lignes électriques à très haute tension (THT) créent des particules chargées (ions) qui s'accolent aux polluants particulaires aériens. Ces polluants, une fois inhalés, adhèrent aux poumons grâce à leur charge électrique.**

Une **autre source de pollution électromagnétique, moins connue, est celle des ampoules dites "à basse consommation**" (fluocompactes à décharge dans de la vapeur de mercure), qui sont actuellement recommandées par les "écologistes", qui veulent les voir remplacer obligatoirement toutes les lampes à incandescence dès **2010**. Ces ampoules à vapeur de mercure toxique (3 mg par lampe) émettent de forts champs magnétiques (flux d'induction pouvant atteindre, selon les marques, une valeur de **15 mT** (milliteslas, soit 150 G - rappel: les gauss sont les **unités désuètes** de l'ancien système C.G.S.)) ainsi que de forts champs électriques (jusqu'à **200 V/m**, dépassant largement la norme légale en la matière, qui est actuellement de **27 V/m** en France). Elles émettent également des ultrasons (de fréquence comprise entre **18 kHz et 55 kHz** d'après Roland Wehrlen) à un niveau de **60 dB** à 20 cm.

D'après http://dbloud.free.fr/tole2.htm

INFLUENCE DU CHAMP VIBRATOIRE DES COULEURS

Qu’est-ce qu’une couleur?



QU'EST CE QU'UNE COULEUR?

Si on parle de couleur, on parle de notre vue, on parle de lumière. La lumière, physiquement, c'est une onde électromagnétique. Quand on considère une onde, une caractéristique importante dont on peut parler est sa longueur d'onde. La longueur d'onde correspond à la distance entre deux crêtes du signal électromagnétique.

Une onde électromagnétique peut avoir à priori n'importe quelle longueur d'onde. En fonction de sa longueur d'onde, il lui sera attribué un nom différent. Par exemple, si la longueur d'onde est d'à peu près 1m, on parle d'onde radio. Si la longueur d'onde est autour du centimètre, on parle de micro-onde. Pour des longueurs d'onde de l'ordre du nanomètre (nm) ou en dessous, on appelle cela des rayons X (qui sont également des ondes électromagnétiques au même titre que les autres). Les ondes que nous sommes en mesure de capter dans notre champ visuel (la lumière visible) ont une longueur d'onde qui se situent entre 400 et 700 nanomètre.

On peut comparer les couleurs aux sons. Un son est aussi une onde. Ce n'est pas une onde électromagnétique mais une onde de pression de l'air. Pour les ondes sonores on peut aussi parler de leur longueur d'onde, mais il est plus habituel de parler de leur fréquence c'est-à-dire du nombre de vibrations à la seconde.

La fréquence et la longueur d'onde sont en fait deux facettes de la même chose: F= V/L. En réalité, elles sont liées par la vitesse de propagation de l'onde. Mais pour autant on a pris l'habitude pour la lumière de parler de longueur d'onde et pour le son de fréquence.

L'unité de la fréquence est le Hertz. Comme pour la lumière, notre oreille n'est pas capable de détecter toutes les ondes sonores. Notre ouïe est sensible aux sons qui sont compris entre 20 et 20 000 Hertz (20 hertz correspondent aux sons les plus graves et en dessous se trouvent les infrasons, et autour de 20 000 hertz, ce sont les sons les plus aigus et au dessus ce sont les ultrasons.

Revenons à la lumière, imaginons que nous prenons une onde électromagnétique de 400 nm, on verra du violet. Si l'onde a une longueur de 450 nm, on percevrait de l'indigo, à 500 nm du bleu, vers 550 du vert, à 580 du jaune, à 620 de l'orange et à 650 nm et jusqu'à 700 du rouge. Si on regarde des longueurs d'ondes situées entre 400 et 700 nm, nos yeux perçoivent ce qu'on appelle les couleurs de l'arc en ciel.

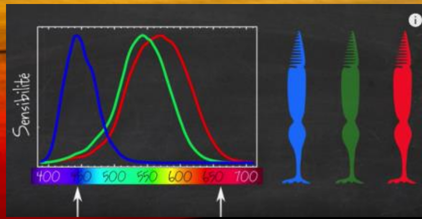
Ce qu'il faut bien comprendre, c'est qu'**avant tout la couleur est une perception, fabriquée par notre cerveau. Au départ, les ondes électromagnétiques n'ont pas de couleurs, elles ont une longueur d'onde et c'est seulement au moment où elles entrent en contact avec l'œil que notre cerveau l'interprète et que ça nous donne une sensation qu'on a pris l'habitude de nommer couleur.**

Imaginons à présent que nous ne prenons pas une onde électromagnétique avec une certaine longueur d'onde mais qu'on prend deux ondes électromagnétiques en même temps avec des longueurs d'ondes différentes. Par ex une onde dont la longueur d'onde est 550 nm (la longueur d'onde de la couleur verte) et une autre onde dont la longueur d'onde est 650 nm (normalement perçue comme rouge). Si on mélange ces deux ondes en même temps, que verra t-on? Du rouge et du vert en même temps? Du rouge et du vert l'un après l'autre? Non, on verra du jaune. Cela veut dire que si on prend deux longueurs d'onde de 550 et de 600 nm, ça va donner la même impression que si on prend une seule onde de 600 nm (c'est-à-dire le jaune).

En musique, on peut isoles notes jouées par ex: do, ré, mi mais si on joue do et mi en même temps et qu'on se concentre un peu, on peut entendre distinctement le do et le mi. Si notre oreille fonctionnait comme nos yeux, ça voudrait dire que si on joue un do et un mi simultanément, on entendrait un ré. Si ça fonctionnait comme ça, la musique serait très pauvre: on serait incapable d'entendre des accords on entendrait des notes moyennes. Notre oreille est capable de distinguer les différentes fréquences d'un son alors qu'à côté de cela, notre vue est incapable de faire la différence entre le jaune et le vert mélangé au rouge.

La façon dont fonctionne la perception des ondes électromagnétique nous renseigne sur cette différence. **Notre rétine contient quatre types de cellules différentes qui servent de capteurs lumineux** (les bâtonnets qui servent surtout à la vision nocturne (on ne va pas trop en parler ici) et les cônes qui ont trois types différents. Quand un cône reçoit une onde lumineuse, il n'est pas capable de reconnaître la longueur d'onde de la lumière, la seule chose qu'il est capable de reconnaître c'est qu'il est en présence d'une onde lumineuse. Il envoie donc un signal du genre : « quelque chose a été repéré ». Les 3 types de cônes ont des sensibilités différentes aux longueurs d'onde de la lumière. Certains vont réagir au longueurs d'onde autour de 450 nm, d'autres vers 550nm et d'autres vers 600-650nm. Par raccourci, on nomme ces cônes les cônes bleu, vert et rouge.

D'après https://www.youtube.com/watch?v=FvbNrwjIrNU



QU'EST CE QU'UNE COULEUR?

Il s'agit là d'une petite entorse car le cône rouge n'est quand même pas trop éloigné du cône vert. Dans l'expérience précédente, le cône vert va particulièrement réagir à l'onde qui se trouve à 550 nm et le cône rouge va plutôt réagir à l'onde qui se situe à 650 nm. Les cônes n'identifient pas les longueurs d'onde, la seule chose qu'ils soient capables de faire c'est de signaler que quelque chose est arrivé. Donc si on prend les deux ondes en même temps, les deux types de cônes (les cônes verts et rouges) vont tous les deux réagir en émettant un signal. Si on prend une onde à 600 nm, les cônes verts vont y être un peu sensibles, donc ils vont aussi envoyer un signal et les cônes rouges aussi.

A cause de cette manière de capter, on a deux phénomènes physiques différents c'est-à-dire deux ondes à 550 et 650 nm d'un côté et une onde à 600 nm de l'autre qui vont provoquer exactement la même perception, la même sensation, ce qu'on a pris coutume d'appeler le jaune. Ca montre bien que la couleur n'est pas un concept physique, c'est un concept biologique, c'est quelque qui est créé par notre cerveau, c'est une interprétation, une perception. La preuve en est que les Daltoniens ne perçoivent pas la couleur de la même manière que les autres.

Avec les sons, un très bon musiciens est capable de décomposer le signal sonore et de remonter aux fréquences qui le compose, c'est-à-dire à remonter à la vraie nature physique du signal. Mais notre vue se limite aux couleurs, c'est quelque chose d'assez pauvre par rapport à la vraie nature physique du signal: on est incapable de reconnaître des accords de couleurs.

Continuons notre exploration des couleurs, dans l'arc en ciel le rose est exclu. Le rose est la sensation que le cerveau fabrique quand le cône et le cône rouge sont tous les deux excités par des ondes lumineuses mais pas le cône vert. Ca ne peut pas marcher avec une seule longueur d'onde, il en faut au moins deux. Dans un arc en ciel, en chaque point, il n'y a qu'une seule longueur d'onde, donc il ne peut pas y avoir de lumière rose. A présent, le blanc: c'est la sensation ressentie lorsque les 3 cônes sont excités à peu près au même niveau. Il y a plusieurs façon de parvenir au blanc: en produisant beaucoup de longueurs d'onde ayant beaucoup de longueurs d'onde différentes (ce que fait par ex la soleil ou une lampe à incandescence) autrement on peut se contenter de produire trois longueurs d'onde différentes qui vont venir exciter chacun des trois cônes (c'est le principe des écrans LCD par ex). Dans un pixel d'écran LCD, il y a trois sous pixels (un rouge, un vert et un bleu) qui sont chacun capable d'émettre ses longueurs d'ondes spécifiques. Si les trois sous pixels sont allumés, on perçoit les trois longueurs d'onde et on a donc la sensation de blanc. C'est un phénomène biologique. Toutes les espèces ne possèdent pas le même type de cônes. Le poisson rouge par ex possède quatre cônes différents, le pigeon en possède cinq, le record est détenu par la crevette mante qui en posséderait entre 12 et 16. Le quatrième cône du poisson rouge lui permet de percevoir l'ultraviolet. Donc, un poisson rouge qui regarderait un écran LCD par ex n'aurait pas une retranscription fidèle de la réalité puisque l'écran LCD n'émet pas d'UV. Pour les humains, si quelque chose émet du rouge et de l'ultraviolet, on percevra seulement du rouge, mais pour le poisson rouge se serait différent.

Un dernier ex: un tee sh-shirt. Un tee shirt n'a pas de couleur, la seule chose qu'il ait, c'est un spectre de réflexion. C'est-à-dire qu'il va réfléchir de manière possiblement différente toutes les longueurs d'onde de la lumière. Donc un T-shirt qui va réfléchir les ondes de 600 nm par ex va nous paraître jaune. Un autre T-shirt qui réfléchirait les longueurs d'onde de 550 et 650 nm, nous paraîtra jaune aussi, mais physiquement, ce n'est pas le même T-shirt. Pour s'en rendre compte, on peut les éclairer avec une lumière d'exactement 600 nm, le premier réfléchira uniquement la couleur jaune, le deuxième si il réfléchi la lumière à 550 et 650 nm, ne réfléchira pas cette lumière, il nous apparaîtra donc noir. Si on émet toutes les longueurs d'onde en même temps comme avec un éclairage solaire, on ne verra pas de différence entre les deux T-shirts.

Au coucher du soleil, la lumière est orangée on peut comparer ce phénomène à la couleur orangée des lumières dans les tunnels routiers. Or l'environnement du tunnel ne réfléchit pas du tout la lumière de la même manière que ne le fait le coucher du soleil sur le paysage. Donc même si la lumière du soleil couchant et la lumière orangée des lampes dans les tunnels autoroutiers ont à peu près la même couleur, en réflexion sur les objets, le résultat est très différent car la lumière du soleil contient toutes les longueurs d'onde (donc elle fait se réfléchir toutes les couleurs des objets) alors que la longueur d'onde des lampes des tunnels autoroutiers est composée d'une seule longueur centrée autour du orange (et donc elle ne permet de réfléchir que l'orange).

Pour aller plus loin, on peut s'intéresser aux qualités caloriques des couleurs…

D'après https://www.youtube.com/watch?v=FvbNrwjIrNU

EFFET CALORIQUE DES COULEURS

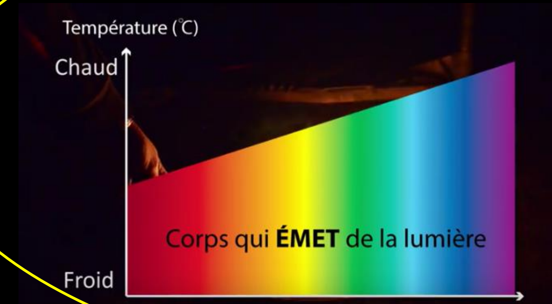
Une expérience dans laquelle on place différents cartons colorés au sol exposés à la lumière du soleil montre d'une part que toutes les cartons de couleur augmentent en température très rapidement et d'autre part que des différences de températures existent entre les cartons de couleur.

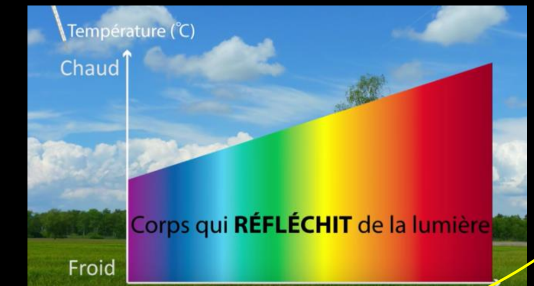
Le blanc est resté le plus froid, puis vient le jaune, puis toutes les autres couleurs (rouge, jaune, vert) qui se retrouvent toutes dans un intervalle de températures très proches et enfin le noir qui est le plus chaud.

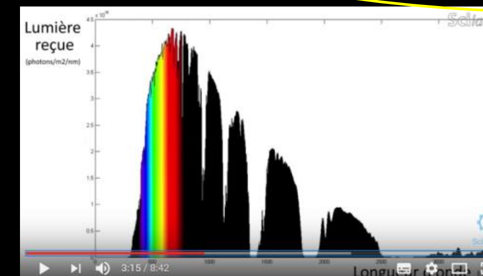
Lorsqu'on fait un feu de camp, le point le plus chaud est juste au dessus des braises, et le plus froid se situe en périphérie, c'est la même chose qui se produit avec une flamme: les teintes bleutées (au centre) sont les plus chaudes et les teintes orangées (en périphérie de la flamme) sont les plus froides.

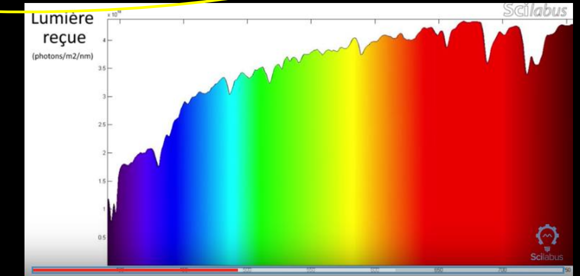
Il existe une différence entre le feu qui émet de la lumière et un T-shirt par ex qui lui n'émet pas de lumière (pour être précis, le T-shirt émet de la lumière uniquement dans le spectre infrarouge qui est invisible pour nos yeux mais dans le spectre du visible, le T-shirt ne fait qu'absorber ou refléter de la lumière). Lorsque le T-shirt est éclairé par la lumière, il absorbe plusieurs couleurs qui contribuent à l'échauffement du tissu et celle qu'il n'absorbe pas est reflétée et correspond à la couleur du T-shirt. Donc si un T-shirt est rouge, c'est qu'il a absorbé toutes les couleurs du spectre et a été chauffé par celles-ci. Donc le rouge *que l'on voit* est alors la couleur la plus chaude. La frise pour un corps qui émet de la lumière est à l'inverse de la frise pour un corps qui réfléchit la couleur.

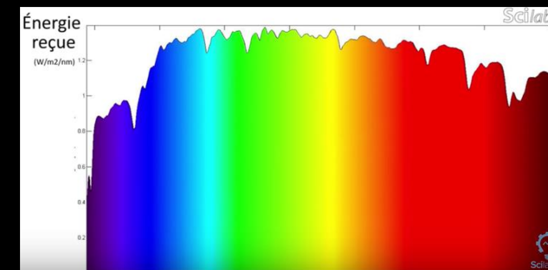
Or le soleil n'émet pas du rouge au bleu toujours dans la même quantité. Ci-contre une représentation de la lumière reçue du soleil après qu'il ait traversé l'atmosphère. Le soleil émet beaucoup moins de bleu (image gauche) que les autres couleurs. Mais ce qui nous intéresse, c'est l'énergie reçue. Il faut tenir compte du fait que le rouge est moins chaud que le bleu. Si on regarde l'énergie reçue, la courbe peut être représentée par l'image ci-contre: finalement le rouge diminue en importance et c'est plutôt le vert et le jaune qui sont les plus prépondérants.











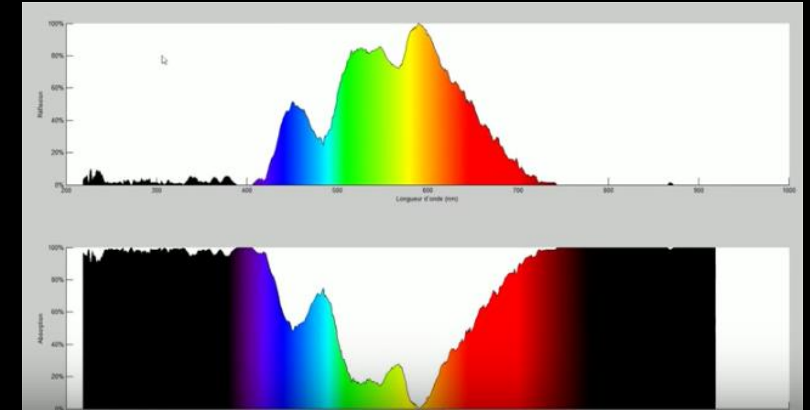
D'après *https://www.youtube.com/watch?v=BYgHbAzVDAU&feature=youtu.be&t=6m54s*

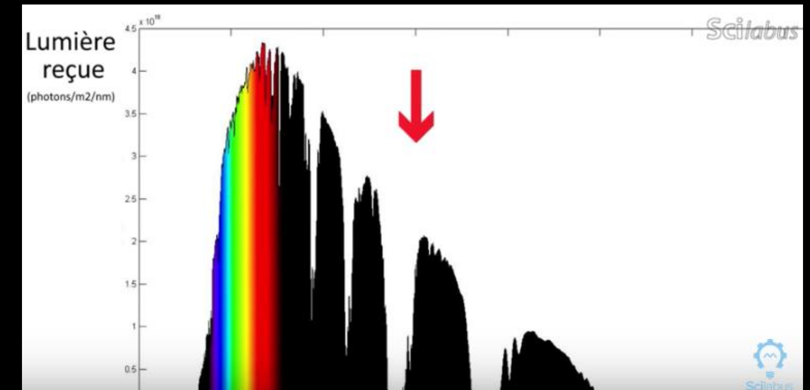
EFFET CALORIQUE DES COULEURS

A ce stade, il faut faire appel à la technologie d'un logiciel par ex Bunker D qui permet de simuler ce qu'absorbe et reflète chacun des T-shirts. Pour cela, on va avoir besoin de connaître le spectre de chacune des couleurs; celui-ci la nous indiquer les longueurs d'onde que le T-shirt reflète vraiment (cf. diapositives précédentes sur la nature des couleurs d'un objet), on a recours pour cela à un spectromètre. Il permet de décomposer la lumière perçue en différentes longueurs d'onde, il permet donc de définir si on voit réellement une couleur (par ex jaune) ou une combinaison de couleurs (du vert et du rouge qui sont perçus comme jaune).

Si on prend le spectre du papier blanc par ex, il reflète quasiment toutes les couleurs. En analysant cette image, on obtient alors que le T-shirt, reflète toutes la partie du spectre située sur le haut de l'image. Sur le bas de l'image, ce sont toutes les couleurs qu'il absorbe et grâce auxquelles il peut refléter les autres couleurs. Tout le spectre de couleur situé sur le bas de l'image représente l'énergie absorbée par le T-shirt et qui contribue donc à son échauffement. Et si on calcule l'air sous la courbe en faisant une intégrale, on obtient un chiffre de la quantité d'énergie absorbée pour chacun des tissus. On peut alors classer toutes les couleurs de la plus froide à la plus chaude. Partant de là, on peut techniquement affirmer qu'une personne à la peau jaune aura plus chaud qu'une personne à la peau blanche (le blanc reflète toutes les couleurs, donc si la personne a la peau jaune, elle absorbe toutes les couleurs sauf le jaune, donc une personne à la peau jaune devrait effectivement avoir plus chaud qu'une personne à la peau blanche).

Revenons en aux T-shirt, le classement est provisoire, d'une part car pour créer ce classement, on a dû mesurer des spectres, et rien ne permet d'affirmer qu'un autre bleu aurait exactement le même que le bleu que l'on a mesuré. La deuxième raison provient du fait que le spectromètre utilisé (une création artisanale) a des capacités limitées (il ne peut mesurer que des longueurs d'onde situées dans le visible). Or 50% de la lumière que l'on reçoit du soleil est composée d'infrarouges qui sont invisibles mais qui contribuent à l'échauffement du tissu. Et selon les pigments présents dans le T-shirt, ils n'absorbent pas tous les infrarouges exactement de la même façon, mais on ne peut pas le savoir à cause des capacités limitées de la perception de notre vue. Avec cette limitation, on est forcé de prendre en compte les couleurs claires et les couleurs foncées seulement.





D'après *https://www.youtube.com/watch?v=BYgHbAzVDAU&feature=youtu.be&t=6m54s*

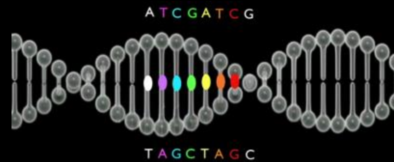
INFLUENCE DU CHAMP VIBRATOIRE DES SONS

La désactivation quantique non locale

QU'EN EST-IL DU SON?

Le microbiologiste Piotr Garjajev et le physicien quantique Vladimir Poponin de l'Académie des Sciences de Moscou et de New York ont mis en évidence l'existence de « l'ADN fantôme », un champs d'information qui intègre, entoure et agit la molécule d'ADN. Cette découverte a représenté un tournant décisif dans la recherche.

La molécule d'ADN renferme l'ensemble des informations nécessaires au développement et au fonctionnement de la cellule. Chaque brin d'ADN est constitué de deux hélices et d'un enchaînement de paires de nucléotides qui relient les deux hélices.



Ils ont irradié un échantillon d'ADN avec un rayon laser et ont obtenu sur un écran, un modèle typique d'ondes. **S'ils enlevaient l'échantillon d'ADN, ces ondes ne disparaissaient pas comme on pouvait s'y attendre, mais persistaient sous forme de structure régulière comme si l'échantillon matériel était encore présent sous le microscope. Les expériences contrôles ont démontré que ces ondes provenaient sans aucun doute de l'ADN volontairement absent**.

D'autre part, **lorsque les chercheurs ont envoyé une onde laser qu'ils ont accordée à la vibration du brin d'ADN, ils ont pu constater que le rayon laser suivait exactement le parcours spiralé de l'ADN, preuve de sa parfaite syntonisation fréquentielle avec la vibration de l'ADN.**

Puis en agissant sur l'ADN magnétique, à l'aide d'ondes de type soliton, dont l'évolution spatio-temporelle leur permet de se propager sans se déformer, les chercheurs ont pu également observer qu'en un certain point de convergence fréquentielle, les deux hélices s'écartaient l'une de l'autre en formant une fenêtre dont le champ électromagnétique relèverait du domaine de l'énergie quantique non locale, donc au-delà de l'espace-temps. Cette particularité pourrait expliquer le nombre phénoménal d'échange d'informations entre tous les éléments de l'ensemble du vivant sans limitation de temps ni d'espace. On entre ici dans le champ de l'hypercommunication. Cette compréhension nouvelle pourrait, selon les chercheurs apporter une explication scientifique au phénomène de télépathie, d'intuition, de prémonition ou de rêve.

Schopenhauer disait: « toute vérité franchit d'abord trois étapes: d'abord elle est ridiculisée, ensuite elle subit une forte opposition, enfin elle est considérée comme ayant toujours été une évidence »

Un constat encore plus étonnant fut réalisé par les chercheurs russes: après avoir consulté et intégré dans leur équipe des spécialistes en linguistique. C'est à ce niveau que s'établit le lien scientifique avec la sonothérapie. Lorsqu'on étudie une langue, on étudie les lois de la syntaxe (qui défini la façon dont les mots se combinent pour former des phrases), de la sémantique (qui traite de leur signification), de la grammaire etc. **Si on applique les résultats scientifiques des chercheurs russes au code génétique, on s'aperçoit que ce code est soumis aux mêmes règles syntaxiques et grammaticales que nos langues humaines**. Leur découverte met en évidence la similitude consubstantielle qui existe entre le langage humain et l'ADN, qui agit, se construit et programme ou se reprogramme de la même manière que ce sont construites toutes les langues de l'humanité. La construction du code génétique peut donc reliée à n'importe quelle langue humaine. Depuis des siècles, les scientifiques recherchent la langue souche dont seraient issues toutes les langues du monde, il est possible que Garjajev, Poponin et leur équipe l'ait trouvée.

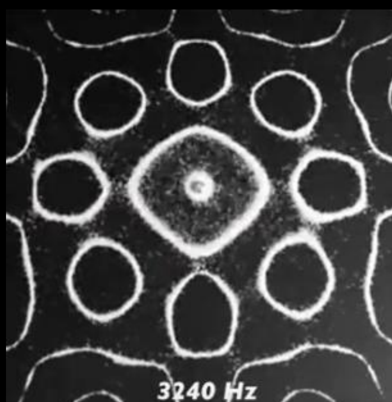
Cette découverte des chercheurs russes met en évidence l'existence du champ magnétique de l'ADN qui peut être altéré par tout type de fréquences, donc également par des ondes sonores. **Une des particularité essentielle de l'onde sonore à l'état audible est de pouvoir générer des résonnances harmoniques à l'infini. Elles arriveront obligatoirement à un point où l'onde est tellement rapide dans un sens ou bien tellement lente dans le sens opposé, qu'elle accède par nature, à une dimension qui franchit obligatoirement les limites du temps et de l'espace. Le son est donc un moyen capable à l'instant même où il est émis d'accéder à des champs multidimensionnels par le biais de ces résonnances harmoniques naturelles.**

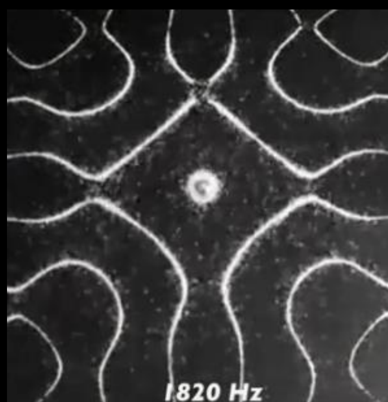
Ce qui paraît être aujourd'hui une théorie, deviendra demain une réalité **à condition que les fréquences fondamentales respectent rigoureusement les lois d'attraction/ répulsion qui seules autorisent leur propagation dans le mode de fonctionnement incontournable de la création.**

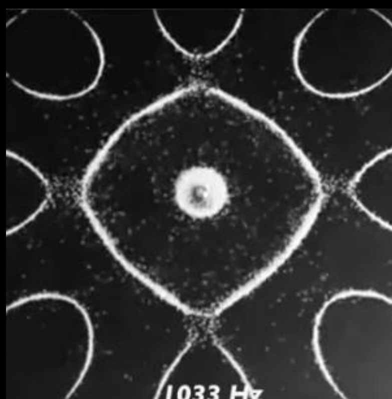
D'après *http://www.stressinvertone.com/productos/index.php?id=fr*

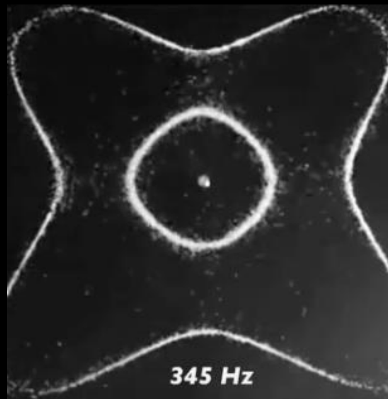
ACTION DE LA VIBRATION DU SON

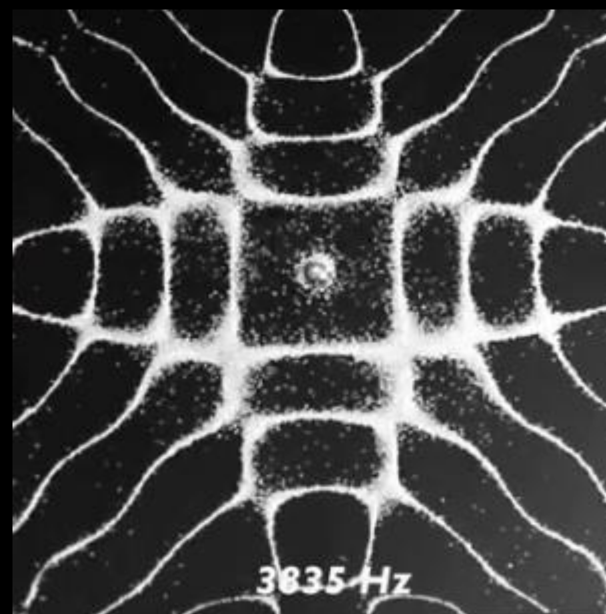
D'après *http://www.stressinvertone.com/productos/index.php?id=fr*











PROPRIÉTÉS ÉLECTROCHIMIQUES

PROPRIÉTÉS PHYSIQUES

PROPRIÉTÉS PHYSIQUES

Essences et huiles essentielles ont des propriétés physiques communes, variant cependant en fonction de leurs constituants.

A température ambiante, **elles sont liquides, rarement visqueuses** (myrrhe, etc.), ou cristallisées (camphre, etc.). A plus faible température, certaines cristallisent partiellement ou totalement.

Elles sont volatiles, ce qui les oppose aux huiles grasses ("huiles fixes") ; cette volatilité est d'ailleurs à l'origine de leur caractère odorant et permet leur entraînement à la vapeur d'eau.

Elles sont **plus légères que l'eau, et non miscibles**, ce qui permet leur séparation dans l'essencier couplé à l'alambic. Quelques huiles essentielles ont cependant une densité supérieure ou voisine de celle de l'eau, ainsi l'huile essentielle d'écorces de Cinnamomum verum : D25 = 1,01 à 1,03 ; ainsi que celles de sassafras, clous de girofle, et graines de carotte.

Elles sont actives sur la lumière polarisée (pouvoir rotatoire): capacité de faire dévier à droite (dextrogyre), ou à gauche (lévogyre) le plan de polarisation de la lumière ; il est rencontré lorsqu'une molécule renferme un carbone asymétrique (les 4 valences de ce carbone étant saturées par4 atomes...) : loi de Le Beletvant' Hoff. Ce pouvoir, évalué grâce au polarimètre, permet, entre autres, de détecter une origine non naturelle à certaines molécules aromatiques ; le pouvoir rotatoire étant l'apanage des molécules naturelles .

Elles ont un indice de réfraction souvent élevé.

Elles ne sont naturellement **pas, ou très peu, solubles dans l'eau** ; certains composants sont néanmoins plus solubles que d'autres (verbénone du romarin officinal, lavandulol de la lavande vraie) ; quelques-unes ont des constituants particulièrement solubles, ce qui entraîne, durant la distillation des écorces de cannelle, l'obtention habituelle d'émulsions. Elles sont par contre totalement solubles dans les huiles grasses (meilleurs solvants des huiles essentielles), particulièrement solubles dans les alcools à titres élevés, et les solvants organiques.

Elles sont diversement colorées, tout le spectre est représenté: l'ultraviolet des zestes de mandarine par exemple le bleu des sommités de tanaisie annuelle et même le rouge sang de certaines sarriettes ; en passant par les verts, émeraude de l'inule odorante, franc de Nardostachys jatamansi, pâle des zestes de bergamote par exemple; le jaune pâle de la sauge sclarée, voire le jaune presque imperceptible pour la plupart des huiles essentielles, ainsi l'épinette noire, etc.

COMPORTEMENT ÉLECTRIQUE

Référentiel et activité électrique des molécules chimiques

FROID

Molécules négativantes (anions)
Donneurs d'électrons

A
Aldéhy
des

B
Cétones

C
Esters

D
Sesquiterpènes
polyinsaturés

E
Coumarines &
Lactones

Aldéhydes
aromatiques

F
Alcools C15 et
C20

G
Acides

H

I
Phé
nols

J
Mono
nterpé
nols
Alcool
C10

K
Oxyde
s

L
Phénols
ME

M
Monoterpèn
es

Molécules hydrophiles

HUMIDE

SEC

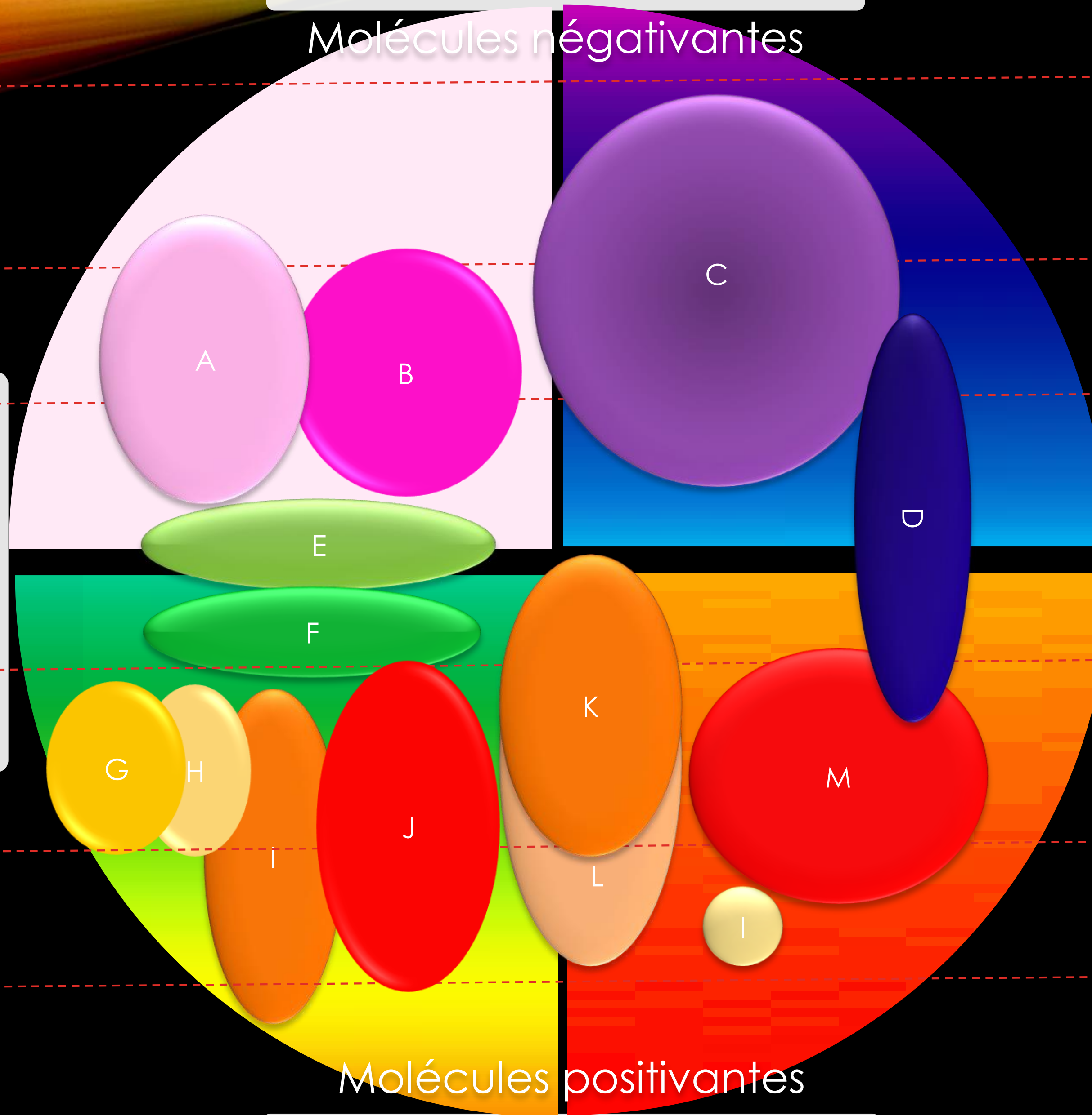
Molécules hydrophobes

Molécules positivantes (cations),
Capteurs d'électrons

I Hydrocarbures

CHAUD

Référentiel électrique d'après *l'Aromathérapie exactement* de
P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël


FROID
Molécules négativantes
Molécules hydrophiles
HUMIDE
SEC
Molécules hydrophobes
A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
I
Molécules positivantes
CHAUD

FROID

Molécules négativantes (anions)
Donneurs d'électrons

CALMANTS & RELAXANT

Molécules
polaires

HUMIDE

SEC

Molécules
apolaires

TONIQUES & STIMULANTS

Molécules positivantes (cations),
Capteurs d'électrons

CHAUD

Référentiel électrique d'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

COMPORTEMENT ÉLECTRIQUE DES MOLÉCULES ET POLARITÉ

Les molécules négatives possèdent un excès d'électrons pouvant être cédées à d'autres molécules. Donneuses d'électrons, **ces molécules sont négativantes: ce sont des anions. Elles présentent une mobilité élevée**.

A l'inverse, **les molécules positives présentent un déficit électronique**, ce sont des accepteurs d'électrons qui positivent les molécules voisines. **Un faible degré de mobilité caractérise ces molécules positivantes appelées cations.**

Mais bien plus qu'une simple technique de classification, la méthode permet la quantification précise des charges portées respectivement par des gradients de négativité, et de positivité, qui sont représentés par trois lignes horizontales, de part et d'autre de l'axe médian.

Ainsi, les molécules peuvent être classées en faiblement (-), moyennement (--), fortement négatives (- - -); ou faiblement (+), moyennement (++) ou fortement (+++) positives.

Les molécules aromatiques sont des vecteurs d'énergie, négative ou positive, selon qu'elles présentent un excédent, ou un manque, d'électrons; ainsi se comportent-elles comme donneurs ou des accepteurs d'électrons, comme toutes les molécules des chaînes métaboliques

Remarque : compte tenu de la mise à la terre, les particules négatives sont à l'origine de courants de charges positifs et les particules positives sont à l'origine de courants de charges négatifs.

molécules ionisées		nombre total de charges élémentaires attachées / cm^3 / s	courants de charges mesurés en ampères
		$1{,}7 \cdot 10^{6}$	$+ 10^{-10}$
forte négativité des molécules	- - -	$1{,}7 \cdot 10^{5}$	$+ 10^{-11}$
	- -	$1{,}7 \cdot 10^{4}$	$+ 10^{-12}$
neutralité relative	-	$1{,}7 \cdot 10^{3}$	$+ 10^{-13}$
	+	$1{,}7 \cdot 10^{3}$	$- 10^{-13}$
	+ +	$1{,}7 \cdot 10^{4}$	$- 10^{-12}$
forte positivité des molécules	+ + +	$1{,}7 \cdot 10^{5}$	$- 10^{-11}$
bases du référentiel électrique		$1{,}7 \cdot 10^{6}$	$- 10^{-10}$

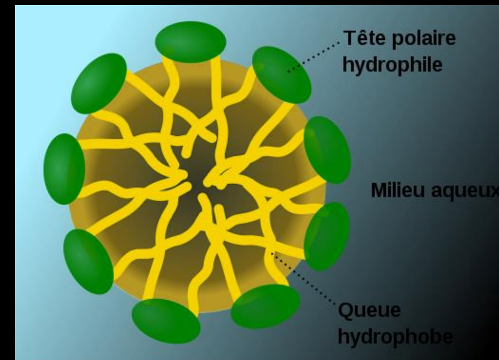
HYDROSOLUBILITÉ DES MOLÉCULES AROMATIQUES

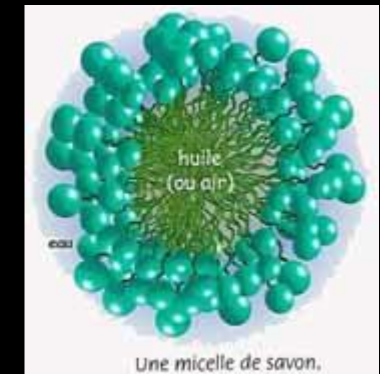
Une analogie permettant d'approcher cette notion est fournie par la structure des membranes cellulaires. En effet, les molécules phospholipidiques des deux couches présentent un pôle hydrophile oxygéné orienté vers les liquides extra- ou intracellulaires, et un pôle hydrophobe, exclusivement hydrocarboné, **fuyant tout contact liquidien**. Il en va de même pour les molécules aromatiques : les composés terpéniques sont apolaires, et leur affinité pour l'eau est très restreinte (molécules hydrophobes à coefficient de solubilité réduit) ; les composés terpénoïdiques et phénylpropanoïdiques sont, eux, par contre, polaires (sites actifs oxygénés), et leur affinité pour l'eau est beaucoup plus marquée (molécules hydrophiles à cœfficient de solubilité accru).

A remarquer la position intermédiaire des oxydes, des éthers, et des esters, dont les sites fonctionnels voient leur expressivité réduite (oxygène englobé).

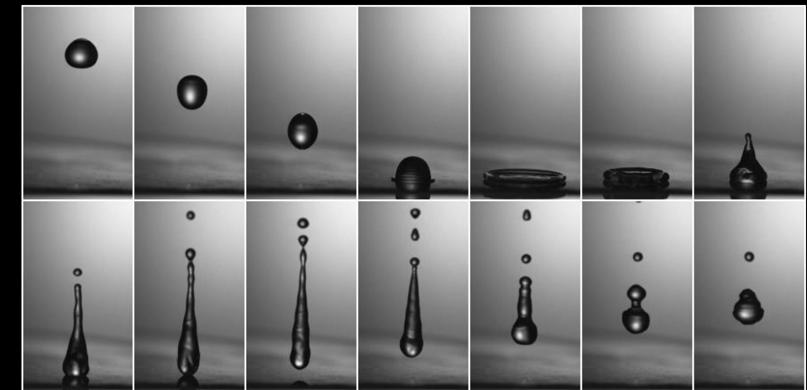
Ces constatations confirment nettement les relations existant entre la structure moléculaire et les propriétés physico-chimiques. Il en va de même pour les propriétés biologiques, passage transcutané et épithélial, transport sérique, réception cellulaire, et, surtout, passage transmembranaire...

Ci-contre représentation d'une goutte d'eau qui rebondit à la surface d'une matière hydrophobe.





Une micelle de savon.



PRINCIPAUX CONSTITUANTS CHIMIQUES

Et correspondances lexicologiques

FROID

Molécules négativantes (anions)
Donneurs d'électrons

Molécules hydrophiles

HUMIDE

A
Aldéhy
des

B
Cétones

C
Esters

D
Sesquiterpènes
polyinsaturés

SEC

Molécules hydrophobes

E
Coumarines &
Lactones

Aldéhydes
aromatiques

F
Alcools C15 et
C20

G
Acides

H

I
Phé
nols

J
Mono
nterpé
nols
Alcool
C10

K
Oxyde
s

L
Phénols
ME

M
Monoterpèn
es

I Hydrocarbures

Molécules positivantes (cations),
Capteurs d'électrons

CHAUD

Référentiel électrique d'après *l'Aromathérapie exactement* de
P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

	NOM	CORRESPONDANCE	Suffixe en
A	Aldéhydes	Aldéhydes terpéniques	-al
B	Cétones[1]	Série 1: Monocétones (1C=0), hydrocarbures monocétoniques saturés et mono-insaturés Série 2: Dicétones ou diones (2 C = 0), (hydrocarbures dicétoniques ou dioniques Série 3: Monocétones monoterpéniques aliphatiques 1 irrégulières mono-, bi- et tri- insaturée Série 4-1: Cétones monoterpéniques (C_{10}) (monocétones monoterpéniques bicycliques saturées) Série 4-2: Monocétones monoterpéniques bicycliques insaturées Série 5: Monocétones monoterpéniques monocycliques saturées et insaturée Série 6: Monocétones sesquiterpéniques Série 7: Monocétones sesquiterpéniques dégradées = ionones Série 8: Cétones non terpéniques (mono et dicétones aromatiques = phénones) Cétones acycliques ou aliphatiques Cétones monocycliques	-one
	Cétones sesquiterpéniques [1]	Sesquiterpénones = cétones « gentilles »[1]	-one
C	Esters		-yle
D	Sesquiterpènes	Hydrocarbures sesquiterpéniques (Sesquiterpènes, Diterpènes, Azulènes, C15H24)	-ène
E	Coumarines et Lactones		-ine, -ène Lactone
F	Sesquiterpénols et Diterpénols	Alcools en C15 et C20, Alcools sesquiterpéniques, Alcool diterpéniques	-ol
G	Acides		-ique
H	Aldéhydes aromatiques	Aldéhydes à noyau benzénique	
I	Phénols		-ol
J	Monoterpénols	Alcools en C10, Alcools terpéniques, Alcools monoterpéniques	-ol
K	Oxydes	Oxydes terpéniques	Oxyde de
L	Phénols Méthyl-Ethers	Ethers	Méthyl + -ol
M	Terpènes	Monoterpènes, Hydrocarbures monoterpéniques (C10H16)	-ène
N	Hydrocarbures		
	Autres	Phtalides (-ide) , Composés au nombre de carbones <10, Composés soufrés, Composés azotés, Composés bi fonctionnels (soufre + azote). Sous forme de trace	
	[1]cf. Tableau des toxicités de cétones		

D'après l'Aromathérapie exactement de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

TABLEAU DES CÉTONES

Potentiel de toxicité neuronale

Valeurs de toxicité du + toxique au – toxique (sauf exception)	Huiles essentielles	Cétones
Série 1 (hydrocarbures monocétoniques saturés et mono-insaturés en C3, C7, C8, C9, C11, C13)	Abies alba (Abiétacées) + + Ruta graveolens (Rutacées) + + + +	acétone méthyl-n-heptyl cétone méthyl-n nonyl cétone
Série 2 (hydrocarbures dicétoniques)	Helichrysum italicum (Astéracées) + Helichrysum stœchas (Astéracées) + Traces dans nombre d'R.E.	b-diones (italdiones) a-diones (diacétyl)
Série 3 (monocétones monoterpéniques aliphatiques irrégulières mono, bi, et tri insaturées)	Tagetes glandulifera (Astéracées) ++++ Lippia asperifolia (Verbénacées) +++ Artemisia afra (Astéracées) ++++ Artemisia annua (Astéracées) ++++ Santolina chamaecyparisus (Astéracées) ++++	2,6-diméthyl-7-octen-4-one
Série 4-1 (monocétones monoterpéniques bicycliques saturées)	Lavandula stœchas (Lamiacées) ++++ Thuja occidentalis (Cupressacées) ++++ Cupressus Lawsonia (Cupressacées) ++++ Cupressus Lusitania (Cupressacées) ++++ Salvia officinalis (Lamiacées) +++ Artemisia herba-alba thujonifera (Astéracée) ++++ Artemisia absinthium (Astéracées) ++++ Artemisia arborescens (f.) (Astéracées) ++(+) Achillea ligustica (Astéracées) ++ Achillea millefolium (Astéracées) ++ Artemisia herba-alba camph. (Ast.) ++++ Rosmarinus officinalis camph. (Lam.) ++ Lavandula latifolia camph. (Lam.) +++ Ocimum canum camphoriferum (Lam.) ++ . .. Cinnamomum camphora (bois) (Laur.) +++ Hyssopus officinalis ssp. off. (Lam.) ++++	fenchone thujone isothujone bornéone (camphre) pinocamphone isopinocampone

D'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

Valeurs de toxicité (toxicité moyenne)	Huiles essentielles	Cétones
Série 4-2 (monocétones monoterpéniques bicycliques insaturées)	Umbellularia californica (Lauracées) +++ Rosmarinus off. verbenoniferum (Lam.) + Eucalyptus globulus (Myrtacées) ±	umbellulone verbénone pinocarvone
Série 5 (monocétones monoterpéniquesmonocycliques saturées et insaturées)	Mentha x piperita (Lamiacées) ++ Calamintha nepeta (Lamiacées) +++ Nepetajaponica (Lamiacées) ++++ Eucalyptus camaldulensis (Myrtacées) ++ Eucalyptus polybractea crypt. (Myrtacées) ++ Eucalyptus dives piperitoliferum (Myrt.) ++ Mentha arvensis var. piperascens (Lam.) ++ Andropogon iwarancasa (Poacées) ++++ Mentha Pulegium (Lamiacées) ++++ Calamintha officinalis (Lamiacées) + + + + Mentha spicata (Lamiacées) + (+ +) Mentha longifolia carvonifera (Lam.) + (+ +) Carum carvi (Apiacées) + (+ +) ! Anethum graveolens (Apiacées) + (+ +)	carvone jasmone menthone isomenthone cryptone pipéritone pulégone isopulégone
Série 6 (monocétones sesquiterpéniques)	Cedrus atlantica (bois) (Abiét.) + + (+ + +) Cedrus deodara (Abiétacées) + + (+ + +) Lantana camara davanonifera (Verb.) + + + Artemisia herba-alba davan. (Ast.) + + + Artemisiapallens (Astéracées) + + + + Myrica gale (Myricacées) + + + Geranium macrorrhizum (Geraniacées) + + + Eremophila Mitchellii (Myoporacées) + + + Vetiveria zizanoides (Poacées) + Curcuma longa (Zingibéracées) + Cyperus rotundus (Cypéracées) + +	a et b-atlantone davanone germacrone érémophilone b-vétivone ar-turmérone a-cypérone

D'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

Valeurs de toxicité (faiblement toxique)	Huiles essentielles	Cétones
Série 7 (monocétones sesquiterpéniques dégradées = ionones)	Boronia megastigma (Rutacées) + Iris florentina (Iridacées) + Iris pallida (Iridacées) +	a et b-ionone irones
Série 8 (mono et dicétones aromatiques = phénones)	Myrocarpus fastigiatus (Légumineuses) (?) Illicium verum (Schisandracées) ± Agathosma betulina (Rutacées) + + +	méthyl-acétophénone p-méthoxyphénylacétone diosphénone

D'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

DOSAGE, RYTHMICITÉ DES CÉTONES

DOSES MAX CÉTONES	Adultes	Adolescents	Enfants
Voie orale	75mg/prise 3xj	50mg/prise 3xj	25mg/prise 2 à 3xj (en fonction de l'âge)
Voie rectale et vaginale	150mg/prise 4xj	100mg/prise 3xj	50mg/prise 2 à 3xj (en fonction de l'âge)
Voie transcutanée	500mg/appl 5xj	250mg/appl 5xj	100 à 250mg/appl 3 à 9xj (en fonction de l'âge)
Voie aérienne Temps d'inhalation	5 min/séance 8 à 10xj	3min/séance 8 à 10xj	3min/séance 5 à 7xj (en fonction de l'âge)
Temps d'application cutané	1 semaine		

D'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

La majorité des composants cétoniques retrouvés dans les huiles essentielles sont principalement des cétones de série 4 et 5 (voir 6 pour les atlantones). Leur toxicité est moyenne.
On parle donc bien de cétones terpéniques, mono- pour les séries 4 et 5, sesqui- pour la série 6, exception faite des italdiones de série 2 qui ne sont pas des terpénoïdes, mais des hydrocarbures dicétoniques.

La toxicité des cétones est variable selon la voie d'administration choisie. La voie orale est la voie la plus risquée, viennent ensuite dans l'ordre : la voie anale, la voie vaginale, la voie cutanée, puis la voie aérienne qui présentera le moins de risques. Il convient tout de même de tenir compte des seuils de tolérance individuelle.

DOSAGE, RYTHMICITÉ DES HUILES ESSENTIELLES

HE / Interface	Quantité	Energie	Sélectivité		Vitesse de pénétration	Durée d'action
			Tolérance individuelle	Selon la toxicité		
Cutanée	++++	+++	++	+	+ à +++	+++
Respiratoire	+	++++	++++	+	++++	+
Digestive	++	± à ++	- à ++	+++	+ à +++	+ à ++

La quantité correspond aux doses susceptibles d'être administrées en une fois, d'une part, et dans le cadre global du déroulement d'un traitement, d'autre part.

L'énergie correspond au pourcentage de formes ionisées apparaissant lors de l'utilisation de l'interface considérée, et de l'agent dispersant correspondant.

La sélectivité représente l'éventail des huiles essentielles utilisables au niveau de l'interface considérée; la tolérance individuelle répond à un critère olfactivo-gustatif et idiosyncrasique; et la sélectivité selon la toxicité indique les restrictions imposéesdanslechoixetledosagedeshuilesessentiellestoxiquesouagressivespour l'interface envisagée.

La vitesse de pénétration indique la rapidité avec laquelle les molécules aromatiques passent dans le milieu intérieur en fonction des différentes interfaces.

La durée d'action montre l'étalement dans le temps de l'action des huiles essentielles en fonction des diverses voies d'administration.

Rythme et durée d'application
Comme pour toute substance, il faut éviter de prolonger l'utilisation d'une même huile essentielle (ou d'un même type d'huile essentielle, par ex les huiles essentielles phénolées), **au risque de surcharger l'organisme et de voir apparaître des effets indésirables.**
La phytothérapie traditionnelle se base sur des **cures de sept jours pour un soin, et sur des cures de vingt et un jours pour un travail de terrain (par ex une cure dépurative)**
Si vous recherchez un effet thérapeutique sur le plus long terme, il est intéressant d'**effectuer une pause d'une semaine toutes les trois semaines puis d'envisager de passer à un autre type de remède, à un autre mélanger de plantes ou d'huiles essentielles**
Il est d'usage de répartir le plus possible les doses (par exemple, on préfèrera une application toutes les heures) afin de garder une activité suffisante et constituante dans l'organisme et au niveau local

D'après l'Aromathérapie exactement de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël et *Manuel pratique d'aromathéraoue au quotiedien* de P. De Bonneval et F. Dubus

VOIE CUTANÉE

- Les huiles essentielles n'ont pas de barrière, une application sur la peau donnera un résultat en interne
- Toujours diluer les huiles essentielles
- La meilleure des dilution se fait les corps gras
- Diluez au maximum à 10% pour les huiles essentielles irritantes
- Après avoir employé une huile essentielle photosensibilisante, attendre huit heures avant de s'exposer au soleil
- 30 gouttes -> 1 ml

GALÉNIQUE

- Cette partie sera développée ultérieurement (cf. notes de stages avec Jean Coudour)

BIOCHIMIE

- Cette partie sera développée plus tard (cf. cours de l'école lyonnaise des plantes médicinales

TOXICITÉS

TYPE DE RISQUE		
DERMOCAUSTICITE	**PHOTOSENSIBILITE**	**HEPATOTOXICITE**
Cannelles: Cinnamomum zeylanicum (syn. Cinnamomum verum), Cannelle de Ceylan et Cinnamomum cassia, Cannelle de Chine, et Cinnamomum laureirii, Cannelle du Vietnam Corydothymus capitatus, Origan d'Espagne Eugenia caryophyllus (syn. Sizygium aromaticum, Girofle Ocimum gratissimum, Basilic à eugénol Organum vulgare Origan, O. heracleoticum, Origan de Grèce, Origan vert, O. compactum, Origan à inflorescence compacte (ces origans ne doivent pas être confondus avec la Marjolaine ou Origan des jardins, Organum majorana, qui est nettement plus douce pour la peau). Pimenta dioica, Piment de Jamaïque ou Bay Satureja montana, Sarriette des montagnes Thymus serpyllum, Serpolet Thymus vulgaris CT thymol, Thym à thymol et CT carvacrol, Thym à carvacrol Trachyspermum ammi, Ajowan Myristica fragrans, Muscade	Angelica archangelica, Angélique archangélique Ammi visnaga, Khella Apium graveolens, Céleri Essences obtenues à partir d'espèces du genre agrume	Artemisia dracunculus, Estragon Cinnamomum camphora, Camphrier Cinnamomum zeylanicum (syn. Cinnamomum verum), Cannelle de Ceylan et Cinnamomum cassia, Cannelle de Chine, et Cinnamomum laureirii, Cannelle du Vietnam Corydothymus capitatus, Origan d'Espagne Eugenia caryophyllus (syn. Sizygium aromaticum), Girofle, Foeniculum dulce, Fenouil Ocimum basilicum, Basilic Ocimum gratissimum, Basilic à eugénol Organum vulgare Origan, O. heracleoticum, Origan de Grèce, Origan vert, O. compactum, Origan à inflorescence compacte (ces origans ne doivent pas être confondus avec la Marjolaine ou Origan des jardins, Organum majorana, qui est nettement plus douce pour la peau). Pimenta dioica, Piment de Jamaïque ou Bay Pimpinella anisum, Anis vert Mentha pulegium, Menthe pouillot, qui peut être hépatotoxique immédiatement
Elle est surtout connue pour les huiles essentielles à phénols et à aldéhydes aromatiques qui provoquent des irritations, voire des brûlures sur la peau et plus encore sur les muqueuses. Pour ces huiles essentielles, on conseille de les utiliser sous forme diluée à 10% maximum Une prudence encore plus grande encore est conseillée avec les huiles essentielles de Moutarde, d'Ail, et d'Ognon qui elles peuvent entraîner une destruction du tissu (l'odeur de ces essences étant d'ailleurs la meilleure protection) Même si l'huile essentielle de Menthe poivrée tend à être banalisée, elle peut aussi être agressive pour la peau. Par ailleurs, son action rafraîchissante peut entraîner des chocs thermiques dans les cas où elle serait appliquée, même diluée sur des surfaces de peau importante ou encore dans le bain	Certaines huiles essentielles peuvent entraîner, en usage externe, des rougeurs, voire des cloques, lors d'une exposition solaire. Ces réactions sont constatées plus rarement par voie interne. Cet effet indésirable est dû à certains principes actifs comme les coumarines (furano et pyrocoumarines) que l'on trouve surtout dans les essences des zestes d'agrumes et chez certaines Apiacées Il faut éviter l'utilisation de ces huiles essentielles les jours d'exposition solaire, ou dans les traitements au laser. Dans le cas contraire, il vaut mieux attendre au moins huit heures après l'application de l'huile essentielle avant de s'exposer au soleil et au moins 3 semaines avant un traitement au laser	Elle apparaît seulement lors d'usages prolongés (plus de 3 mois) et/ou si on utilise de trop fortes doses (30 gouttes par jour par exemple pour les huiles essentielles phénolées)

D'après Manuel pratique d'aromathérapie au quotidien de P. De Bonneval et F. Dubus

TYPE DE RISQUE		
NÉPHROTOXICITÉ (TOXICITÉ RÉNALE)	**NEUROTOXICITÉ**	**POTENTIEL ALLERGISANT**
Térébenthines qui sont extraites à partir de nombreux conifères et térébenthacées et qui ne sont pas à confondre avec « l'essence de térébenthine » qui est un dissolvant Elle apparaît lors d'usages prolongés et/ou à fortes doses	Artémisia herba-alba Chenopodium ambrosoïdes var. anthelmenthicum Huiles essentielles camphrées (camphre = bornéone) Hyssopus officinalis, Hysope Lavandula stœchas, Lavande stœchas Salvia officinalis, Sauge officinale Santolina chamaecyparissus, Santoline Tanacetum vulgare, Tanaisie Thuya occidentalis, Thuya Cet effet indésirable est lié aux cétones, aux lactones et à certains oxydes. Il a donné lieu au retrait de la vente au public d'une série d'huiles essentielles qui sont du domaine de la prescription médicale. Elles sont en particulier contre-indiquées chez la femme enceinte et allaitante ainsi que chez le nourrisson et les personnes ayant des antécédents d'épilepsie	Cyptocaria massoia, Massoia Laurus nobilis, Laurier noble Il correspond à des réactions locales (dermites bulbeuses), liées surtout aux lactones sesquiterpéniques L'allergie est liée à une sensibilité personnelle est reste rare. Elle peut se voir en cas d'application répétitive sur une même zone. En revanche, il est évident qu'il faut éviter les huiles essentielles des familles de plantes réputées allergisantes, surtout si vous êtes sensible à ce type de réaction. Citons comme exemple la famille des Apiacées (ex Ombellifères), c'est-à-dire la famille de la Carotte, Coriandre, Fenouil, Anis… On restera prudent chez les personnes au terrain allergique et on peut proposer, avant tout usage un test cutané (le personne pose une goutte au creux du coude pour vérifier une éventuelle réaction, à condition que cette huile essentielle ne soit pas dermocaustique, ce qui donnerait une réaction d'échauffement et non pas une allergie). A défaut, on appliquera sous le pied qui est la zone la moins sensible chez l'adulte

D'après Manuel pratique d'aromathérapie au quotidien de P. De Bonneval et F. Dubus

TYPE DE RISQUE		
RISQUE LIÉ À LA PRISE DE MÉDICAMENTS ANTICOAGULANTS	**RISQUE LIÉ AU GLAUCOME**	**CAS PARTICULIER DE LA GROSSESSE (CF. PAGE SUIVANTE)**
Cinnamomum zeylanicum (syn. Cinnamomum verum), Cannelle de Ceylan et Cinnamomum cassia, Cannelle de Chine, et Cinnamomum laureirii, Cannelle du Vietnam Helichrysum italicum, Hélicryse italienne Huiles essentielles à eugénol comme le Girofle, le Basilic à eugénol, le Piment de Jamaïque Huiles essentielles à salicylates: Wintergreen (Gaulthérie), Bouleau jaune Cistus ladaniferus, Ciste ladanifère Pinus sylvestris, Pin sylvestre (hypertenseur) Certaines huiles essentielles sont susceptibles à doses pondérales de modifier la fluidité sanguine. On évitera leur emploi durant ce type de traitement	Cymbopogon sp., Citronnelles Lippia citriodora, Verveine citronnée Melissa off., Mélisse	Achillea millefolium, Achillée millefeuilles Acorus calamus, Roseau odorant Artemisia herba-alba Chenopodium ambrosoïdes var anthelmenthicum Cinnamomum zeylanicum (syn. Cinnamomum verum), Cannelle de Ceylan et Cinnamomum cassia, Cannelle de Chine, et Cinnamomum laureirii, Cannelle du Vietnam Corydothymus capitatus, Origan d'Espagne Cupressus sempervirens, Cyprès toujours vert Cymbogon martinii, Palmarosa Daucus carotta, Carotte Eugenia caryophyllus (syn. Sizygium aromaticum), Girofle Helichrysum italicum, Hélicryse italienne Huiles essentielles camphrées Hyssopus officinalis Lavandula stœchas, Lavande stœchas Melaleuca quinquenervia, Niaouli Mentha x piperita, Menthe poivrée Ocimum gratissimum, Basilic à eugénol Organum vulgare, Origan, Oμ. Heracleoticum, Origan de Grèce, Origan vert, O. compactum Origan à inflorescence compacte Peumus boldus, Boldo Pimenta dioïca, Piment de Jamaïque ou Bay Rosmarinus officinalis, Romarin Salvia sp., Sauges Santolina chamaecyparissus, Santoline Sassafra albidum, Sassafras Satureja montana, Sarriette des montagnes Tanacetum vulgare, Tanaisie Thuya occidentalis, Thuya Thymus serpyllum, Serpolet Thymus vulgaris CR. thymoliferum, Thym à thymol et CT. Carvacrol, Thym à carvacrol Trachyspermum ammi, Ajowan

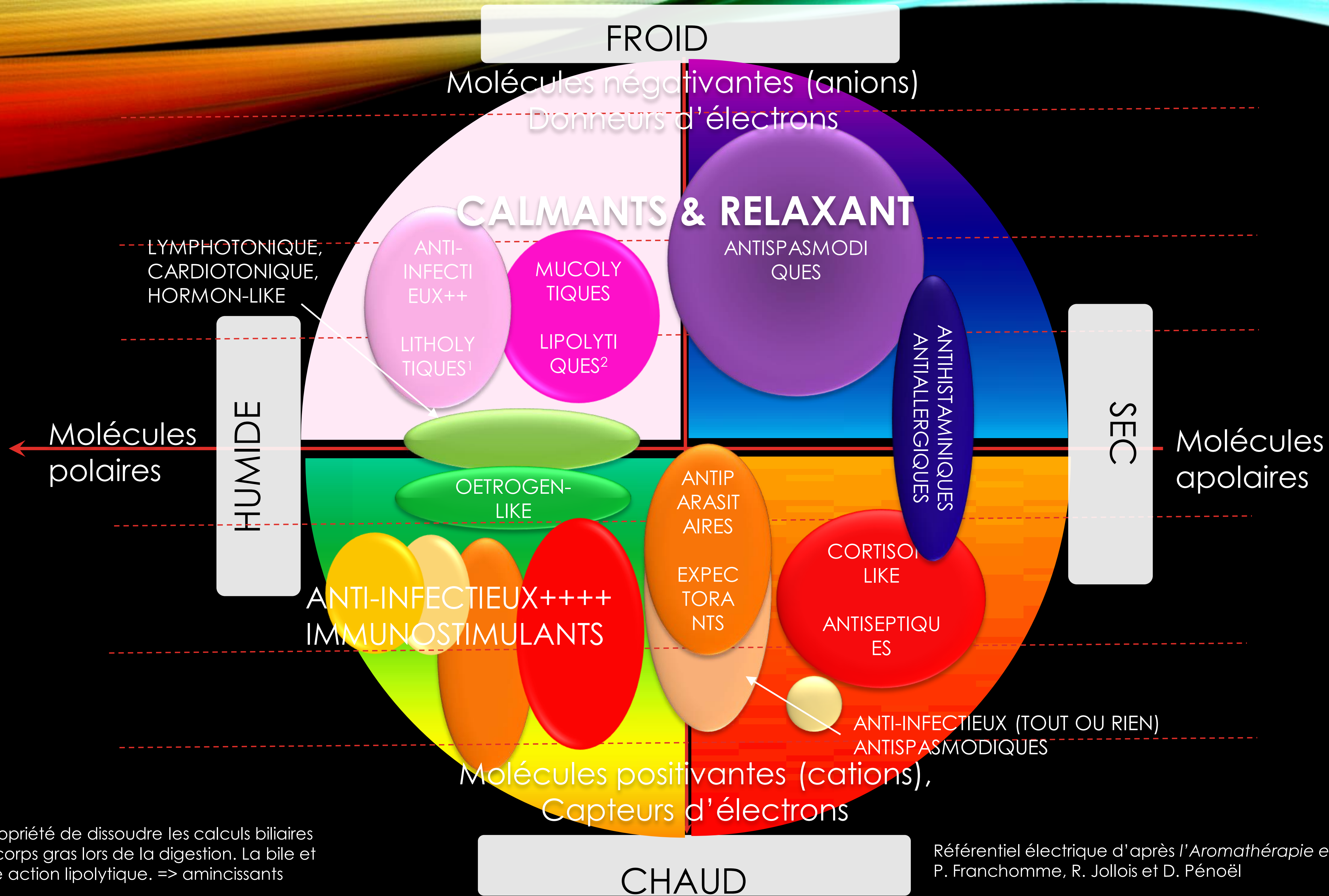
D'après Manuel pratique d'aromathérapie au quotidien de P. De Bonneval et F. Dubus

CAS PARTICULIER DE LA GROSSESSE

Les huiles essentielles sont à éviter, sauf avis thérapeutique
Ce que l'on craint chez la femme enceinte avec les huiles essentielles tout comme avec les médicaments, c'est une transmission du produit au fœtus ou encore un risque abortif
L'utilisation par la voie orale est à proscrire pendant les 3 premiers mois. Pour la suite, suivez l'avis d'un thérapeute
On préférera la voie cutanée, à des concentrations maximales de 1% en évitant l'application sur de larges surfaces et sur le bas-ventre, le bas du dos, voire la diffusion. Les infusions sont aussi d'un grand secours (par exemple la mélisse en cas de nausées)
Les huiles essentielles qui modifient le terrain hormonal et sont à proscrire (emménagogues)
Les huiles essentielles à cétones, à lactones et riches en anétholes sont contre-indiquées tout au long de la grossesse

D'après Manuel pratique d'aromathérapie au quotidien de P. De Bonneval et F. Dubus

PROPRIÉTÉS BIOCHIMIQUES



1. Ayant la propriété de dissoudre les calculs biliaires
2. Dissout les corps gras lors de la digestion. La bile et le suc ont une action lipolytique. => amincissants

Référentiel électrique d'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

FROID

Molécules négativantes

Esters
Antispasmodique, Antalgique, Anti-inflammatoire, Calmant, Hypotenseur

Aldéhydes
Anti-inflammatoire, Calmant, Hypotenseur, Antifongique, Antiviral

Cétones
Mucolytique, Stimulant hépatique, Cicatrisant, Antiviral Antiparasitaire Tonique,

Coumarines & Lactones
Sédatif, Hypotenseur, Fluidifiant sanguin, Stimulant hépatique

Sesquiternols, Diterpénols
Décongestionnant veino-lymphatique, Tonique, Hormon-like

Sesquiterpènes
Anti-inflammatoire, Calmant, Hypotenseur, Décongestionnant veino-lymphatique, Antiallergiques

HUMIDE

Molécules polaires

SEC

Molécules apolaires

Oxydes
Antiseptique Antiviral Immunorégulateur, Expectorant Mucolytique

Monoterpènes
Décongestionnant veino-lymphatiques, Décongestionnant respiratoire, Régulateur inflammation, Expectorant, Antiseptique

Acides

Phénols
Tonique Immunostimulant, Antiseptique, Antioxydant

Monoterpénols
Tonique Antiseptique, Immunorégulateur

Phénols ME
Antispasmodique, Stomachique, carminatif, Anti-inflammatoire, Antalgique, Antiviral

Aldéhydes aromatiques
Aphrodisiaques, Anticoagulant, Emménagogue, Calmant

Molécules positivantes

CHAUD

Référentiel électrique d'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

PROPRIÉTÉS PHYSIOLOGIQUES ET VIGILANCE

FROID

Molécules négativantes

Molécules hydrophiles

HUMIDE

SEC

Molécules hydrophobes

Molécules positivantes

CHAUD

A B C D E F G H I J K L M

A-Aldéhydes
Anti-inflammatoire,
Calmant,
Hypotenseur,
Antifongique,
Antiviral
Dermocaustique
Inversion rapide des effets
Diluer à 50% minimum

B-Cétones
Mucolytique,
Stimulant hépatique,
Cicatrisant,
Antiviral
Antiparasitaire,
Tonique
Inversion rapide des effets, très vite toxique
A employer en très faible quantité y compris dans les mélanges.
Par voie interne pas d'usage prolongé et excessive pour ne pas surcharger le foie

C-Esters
Antispasmodique,
Antalgique,
Anti-inflammatoire,
Calmant,
Hypotenseur

D-Sesquiterpènes
Anti-inflammatoire,
Calmant,
Hypotenseur,
Décongestionnant veino-lymphatique,
Antiallergique

E-Coumarines & Lactones
Sédatif voire hypnotique,
Hypotenseur,
Fluidifiant sanguin,
Stimulant hépatique
Pas d'usage prolongé
Prudence dans le chaud

F-Sesquiternols, Diterpénols
Décongestionnant veino-lymphatique,
Vasoconstricteur,
Rafraîchissant,
Hépatostimulant
Cardiotonique,
Hormon-like,
Régule le système hormonal féminin
Antibactérien,
Antiviral
Toxicité liée à l'activité hormonale (femmes enceintes, mastoses, cancers hormono-dépendants.

G-Acides
Anti-inflammatoire puissant
Spasmolytique

H- Aldéhydes aromatiques
Aphrodisiaque,
Anticoagulant,
Emménagogue,
Calmant
Dermocaustique, irritant pour les muqueuses
Prudence chez les personnes soignées par anticoagulants

I-Phénols
Tonique
Immunostimulant,
Antiseptique majeur à large spectre,
Antioxydant
Anesthésiant
Photosensibles pour certaines coumarines
Prudence chez les personnes soignées par anticoagulants
Hépatotoxique (pyrannocoumarine)

J- Monoterpénols
Tonique,
Antiseptique,
Immunorégulateur

K-Oxydes
Antiseptique,
Antiviral,
Immunorégulateur,
Expectorant
Mucolytique

L-Phénols ME
Antispasmodique,
Stomachique, Carminatif,
Anti-inflammatoire,
Antalgique,
Antiviral
A dose élevée: abortif, hépatotoxique, néphrotoxique, stupéfiant

M-Monoterpènes
Décongestionnant veino-lymphatique,
Décongestionnant respiratoire,
Régulateur inflammation,
Expectorant,
Antiseptique
Dermocausticité et néphrotoxicité relatives.
Dilution à 50%

PROPRIÉTÉS OLFACTIVES, ET VIGILANCE

OLFACTOLOGIE

D'après Manuel pratique d'aromathérapie au quotidien de P. De Bonneval et F. Dubus

La naissance de l'être que nous sommes est une expérience multiple et bien complexe qui nous fait quitter le terrain nourricier et rassurant dans lequel nous vivions dans un état de confiance et d'abandon total.

Au moment de la naissance, après la rupture du cordon ombilical, un nouveau type de lien se crée avec un nouveau monde. (Einstein disait que la première inspiration du nouveau-né faisait entrer en lui tout l'univers). C'est de cette inspiration qu'il est ici question: l'air n'est pas seulement inspiré par la bouche lors du premier cri mais aussi par le nez.

Il s'agit là d'une première expérience: « un souffle et une première inspiration à la fois ».

L'atmosphère et l'ambiance qui prévalent au moment même de l'accouchement définissent donc une expérience très importante, incontournable bien sûr, mais aussi imprégnatrice de l'être qui arrive et ceci définitivement car il n'y en aura pas d'autres.

Cette naissance à la Terre crée en nous une sorte de carte d'identité dans laquelle l'univers mais aussi les premières expériences de nos sens sont imprimés à jamais.

Par la suite la **mise en contact avec notre mère** sera la deuxième étape de notre expérience dans ce monde nouveau, expérience au cours de laquelle le **contact physique et l'odeur corporelle joueront un rôle primordial et essentiel**. La « reconnaissance » (connaître, c'est naître ensemble) par l'odeur corporelle va déclencher le réflexe de succion.

Dès le premier moment de notre naissance, nous avons donc une identité olfactive qui changera partiellement avec l'âge mais aussi avec les émotions et notre état de santé.

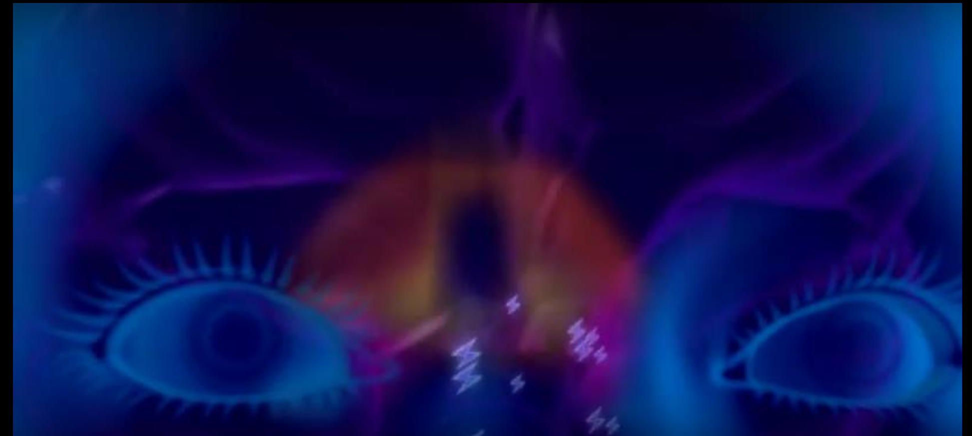
Le nez est un organe qui possède de très nombreuses possibilités et une grande finesse de perception. Il est capable de percevoir d'innombrables nuances et de les associer.

Les odeurs sont ressenties à des doses infimes et leurs molécules, même légères peuvent venir de loin. L'air inspiré et concentré en certaines zones des cavités nasales, riches en récepteurs de particules odorantes. Ces récepteurs sensitifs se rassemblent dans le nerf olfactif et donnent l'information au niveau du bulbe olfactif, dans le cerveau.

Notre nez est en relation avec le cerveau limbique, ou primitif, qui gère les impressions, les sensations et les émotions. En cela, les odeurs perçues ont une influence inconsciente que notre intellect ne peut totalement contrôler. C'est sans doute un des derniers reliquats de notre animalité.

A ce niveau, émotions, sensations, impressions, souvenirs, liés consciemment ou non à ces effluves, nous envahissent. Il peut y avoir interaction avec nos autres sens. Au niveau de la digestion, par exemple, une odeur de pain grillé, de croissants ou tout autre odeur agréable, nous fera « venir l'eau à la bouche » et tout un système de mise en marche de la digestion sera alors initié.

La partie de notre cerveau dite cerveau primitif fait le lien (notamment grâce à l'hypothalamus) avec le système nerveux et endocrinien. Par ce biais, les odeurs trouvent donc le moyen de s'exprimer dans notre organisme. **L'information *odeur* est ensuite analysée et interprétée par le mental e l'on peut donner une réponse à cette information suivant le schéma: information, réaction, action.**



En conclusion, les odeurs agissent de manière potentielle sur les différents systèmes organiques dont le système digestif, le système nerveux et hormonal, et influencent tous les sens en éveillant ou en augmentant leurs perceptions.

Les arômes, dans le monde végétal et animal, sont aussi des moyens de communication privilégiés entre les plantes ou avec les insectes polinisateurs. Ils sont aussi, pour nous, source d'informations diverses et variées permettant de vivre de manière plus équilibrée et consciente.

L'homme a besoin de nombreuses informations pour maintenir son équilibre et son intégrité, par pilotage permanent de nombreux postes comme la tension artérielle, la température, la circulation etc. C'est ce qu'on appelle l'homéostasie.

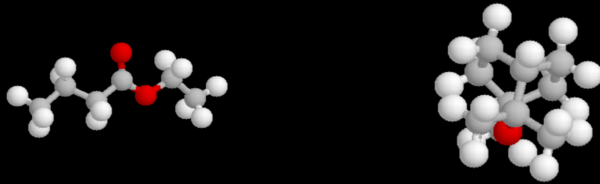
Pour cela, notre organisme est constamment en quête d'informations aussi internes qu'externes. Ces informations sont ensuite analysées et interprétées, puis le corps donne une réponse appropriée.

En ce qui concerne ce domaine de l'olfaction, l'interprétation est personnelle, elle est liée au couple « senti-ressenti » et dépend de notre culture, de nos états d'âme, de notre milieu socio-culturel, de notre état général (santé plus ou moins bonne, fatigue, nervosité etc)

LA SPHÈRE OU AURA AROMATIQUE

Des signaux chimiques

Ci-dessous, une molécule "linéaire" et une molécule sphérique. L'une évoque une odeur fruitée, l'autre une odeur de camphre.



La forme, la réactivité de chaque molécule sont singulières et déterminent l'interaction avec le système olfactif: Chaque espèce moléculaire constitue un signal unique auquel le système olfactif attribuera ... **une odeur**.

On évalue très mal sa propre capacité à sentir les odeurs. Seuls des tests olfactifs normalisés peuvent vous renseigner ou informer le médecin sur l'état fonctionnel de votre système olfactif.

Certains souffrent d'un déficit particulier vis à vis de certains odorants, alors qu'ils ont une olfaction généralement correcte. Dans certains cas au moins, on peut les aider à réduire cet handicap.

Certains perdent l'olfaction, à la suite d'un choc sur le crâne, à la suite d'un rhume bénin... Là, la récupération fonctionnelle peut survenir... parfois avec un très long délais (des mois, des années...). La seule chose qu'on puisse faire, c'est essayer de raccourcir le délai de la récupération. La réhabilitation d'une olfaction défaillante, c'est ce que j'appelle l'orthosmie. Il y a peut être, quelque chose à faire !

Pendant ces phases de récupération, il est fort possible que, transitoirement, le patient sente des odeurs sans objet, ou bien sente des sources sans les reconnaître. Phantosmies, allosmies, qui sont assez peu fréquentes et en tout cas difficiles à observer car ceux qui en souffrent ne sont pas toujours sous le regard du spécialiste. Du coup, ces phénomènes sont mal compris et pas forcément pris en charge.

La perte totale du goût (agueusie), c'est à dire de la perception du sucré, du salé etc..., est assez rare. La perte simultanée du goût et de l'odorat est donc exceptionnelle.

En s'imprégnant de l'odeur d'un mélange approprié, il est possible de redresser certaines situations, inharmoniques, se soigner préventivement, influencer son entourage. C'est ainsi que l'on pourra créer préventivement un parfum anti-stress, anti fatigue, immunostimulant ou antiseptique.

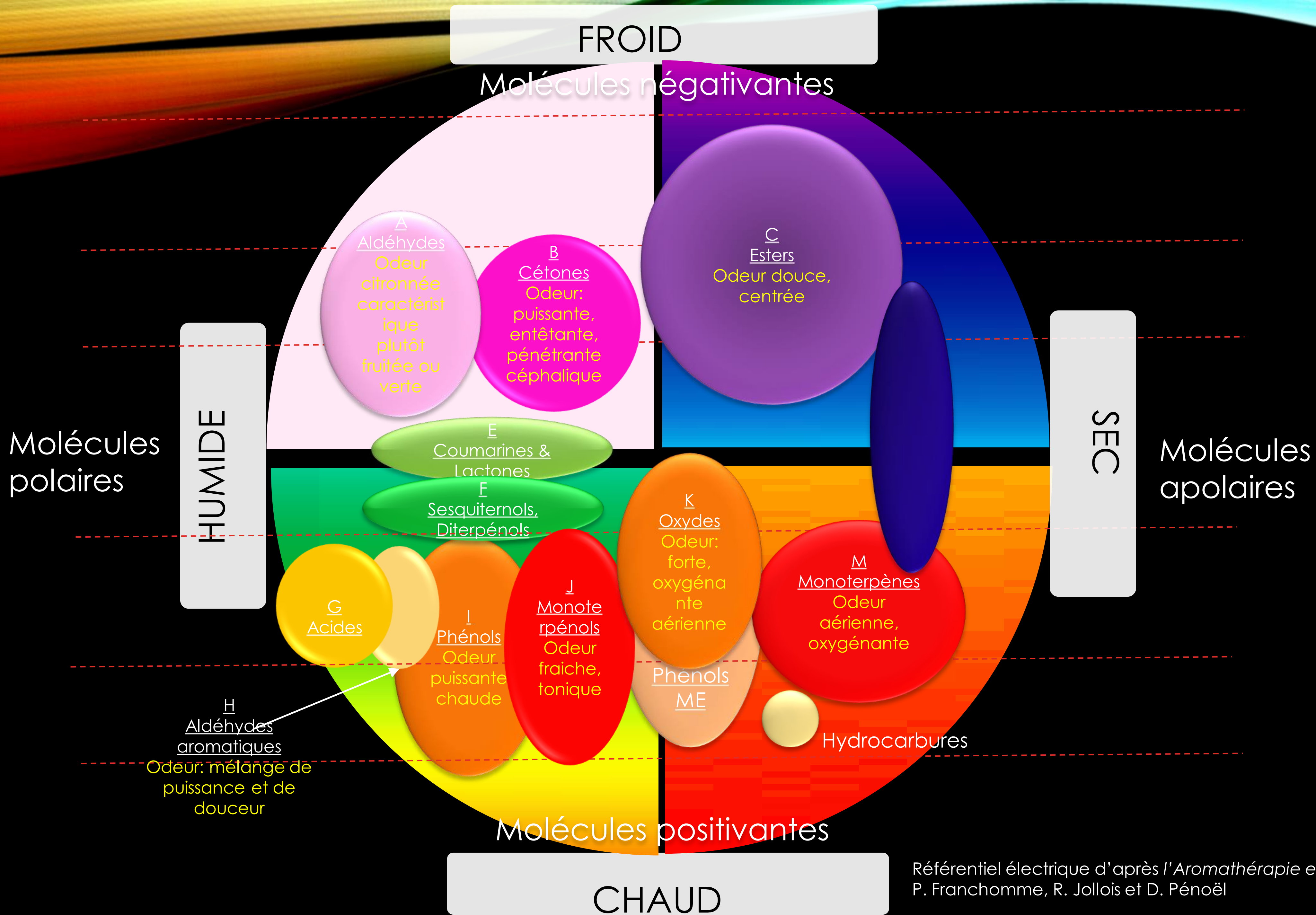
Aller à l'encontre de son odorat, apprendre à l'utiliser ou le réutiliser, de manière fine et consciente est un plaisir important lié à une utilisation très concrète. C'est ainsi qu'il nous permettra de nous libérer de mauvaises habitudes ou de dépendances comme l'usage immodéré de tabac.

La pratique est simple puisqu'il suffit de respirer plusieurs fois par jour le flacon d'essence ou de parfum approprié à la demande. Il s'agit d'ouvrir le flacon puis de l'approcher du nez jusqu'à quelques centimètres, puis de procéder à des respirations lentes et profondes venues du ventre.

Cette respiration ventrale consiste à **remplir complètement puis à vider de même son ventre à l'inspir puis à l'expir, ce qui, outre un renouvellement utile d'oxygène, permet un massage à la fois doux et puissant des organes et du plexus solaire.** Une autre technique consiste à verser quelques gouttes du mélange sur ses mains, de les frotter pour augmenter la température, puis de respirer.

On peut aussi porter sur soi ces parfums « vertueux » tout au long de la journée et les respirer de temps en temps mais pas trop souvent, pour éviter la saturation qui accompagne immanquablement l'utilisation trop prolongée ou fréquente des parfums.

D'après gilles-sincard-olfac.monsite-orange.fr/ et Manuel Pratique d'Aromathérapie au quotidien de P. De Bonneval et F. Dubus



Référentiel électrique d'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

	MOLÉCULES	TOXICITÉ	ODEUR
A	Aldéhydes terpéniques	Dermocaustique Inversion rapide des effets	Citronnée caractéristique plutôt fruitée ou verte
B	Cétones monoterpéniques	Inversion rapide des effets, très vite toxique A employer en très faible quantité y compris dans les mélanges. Par voie interne pas d'usage prolongé et excessive pour ne pas surcharger le foie	Puissante, entêtante, pénétrante, céphalique.
C	Esters	Doux pour la peau	Douce, centrée
D	Sesquiterpènes et Azulènes	Bien tolérés par la peau	Douce et suave
E	Coumarines & Lactones	Photosensibilisantes pour certaines coumarines Cumulatives (restent plusieurs semaines dans le corps) Prudence chez les personnes soignées par anticoagulants Hépatotoxique (pyrannocoumarine)	
F	Sesquiterpénols, Diterpénols	Toxicité liée à l'activité hormonale (femmes enceintes, mastoses, cancers hormono-dépendants.	Puissante, chaude
G	Acides		
H	Aldéhydes aromatiques	Dermocaustique, irritant pour les muqueuses Prudence chez les personnes soignées par anticoagulants	Mélange de puissance et de douceur
I	Phénols	Pas d'usage prolongé Prudence dans le chaud: peut réveiller énervement, colère, l'agressivité, hyperactivité	
J	Monoterpénols	Toxicité potentielle faible à l'exception du menthol	Fraiche, tonique
K	Oxydes	Certaines sont très bien tolérées pures sur la peau	Forte, oxygénante, aérienne
L	Phénols Méthyl Ether	Pas d'effets sec. mais légère irritation chez les hypersensibles. Toxique à dose élevée: abortif, hépatotoxique et néphrotoxique A diluer à 50% pour un usage cutané	
M	Monoterpènes	Dermocausticité et néphrotoxicité relatives. Dilution à 50%	Aérienne, oxygénante

EN PRATIQUE

Choisir soigneusement, pour réaliser l'accord ou la composition, plusieurs notes de chaque type. Dans le cas des huiles essentielles, il n'est pas rare qu'elles appartiennent à la fois au fond, au cœur et à la tête.

On utilise de longs et fins triangles de papier sur lesquels on pose une goutte d'huile essentielle. En joignant plusieurs triangles dans la même main, on réalise un premier accord. Pour l'étudier et l'apprécier, il faut amener l'odeur vers le nez en créant un courant d'air ascendant avec l'autre main. On peut aussi faire tourner ces papiers autour du nez. Des respirations progressives permettent d'envisager toutes les notes.

Entre deux essais, désaturez-vous en allant respirer dans une autre pièce ou encore mieux dehors.

Une fois les composants d'un accord trouvés, il faut envisager la proportion des uns par rapport aux autres. Le moyen le plus simple est de placer les flacons ou les morceaux de papier à des hauteurs proportionnelles. Le second moyen consiste à créer des échantillons par le moyen de dilutions:

- dans l'alcool à 90°
- dans une huile végétale (la plus neutre en odeur)
- dans un baume simple (mélange de cire d'abeille et d'huile)

Le pourcentage le plus courant tourne autour de 10 gouttes d'huiles essentielle pour 30 à 40 gouttes de diluant. Vous ferez varier les 10 gouttes d'huile essentielle en proportion variables, de 2 à 5 plantes différentes.

Exemple de nombre de gouttes:

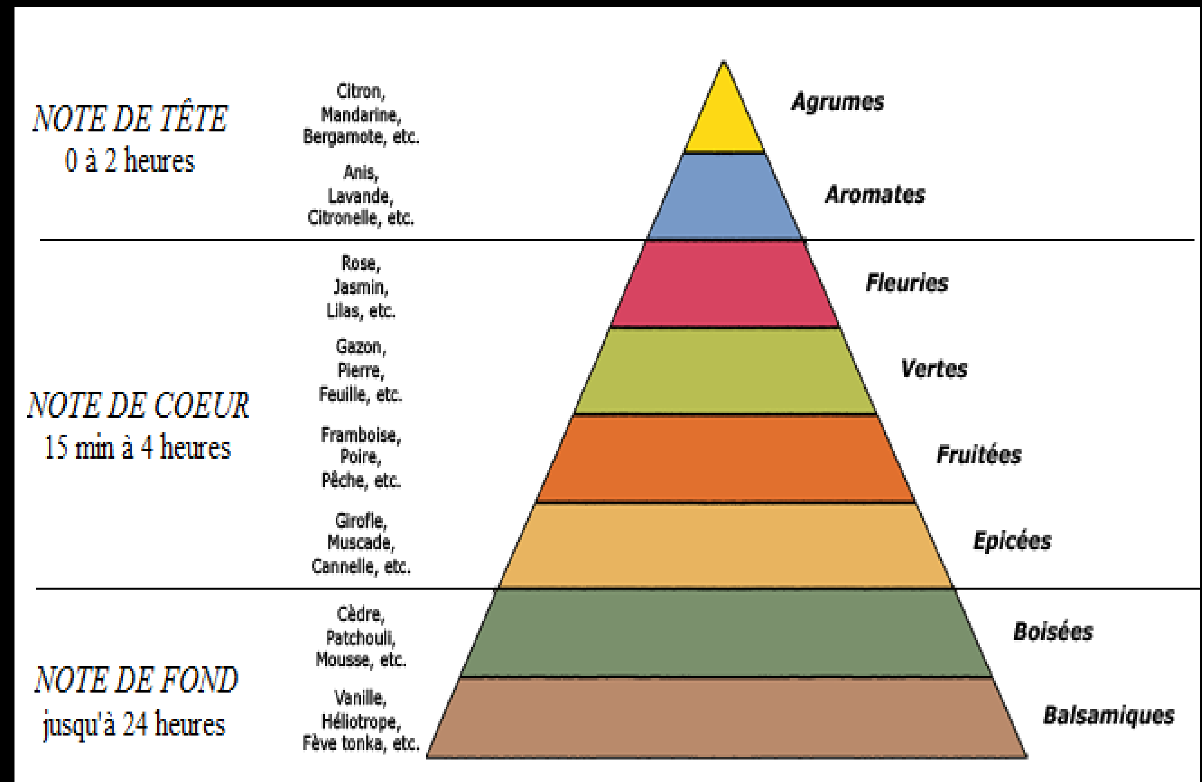
Sauge sclarée	Géranium	Myrte
3	2	5
2	4	4
1	6	3

Une fois la composition finale choisie, il s'agit de la réaliser et, pour cela, plusieurs solutions sont possibles.

Pour créer une eau aromatique ou eau fraîche dynamisée: les huiles essentielles sont faiblement solubles dans l'eau, il suffit d'en imprégner une eau florale ou de l'eau pure (10 gouttes pour 200ml d'eau). Il est plus facile, pour son utilisation d'en remplir un flacon vaporisateur. Il faudra penser à dynamiser (en homéopathie la dynamisation est une technique qui consiste à secouer une ou deux minutes la préparation afin de libérer l'énergie qui se trouve en elle) cette préparation avant chaque utilisation.

Pour créer un extrait, on met à macérer durant trois semaines 20 à 30% d'huiles essentielles dans un alcool à 90° en flacon bouché à l'abri de la lumière. Ensuite, on place le mélange une nuit au congélateur. Le lendemain, on le laisse revenir naturellement à la température ambiante avant de la filtrer sur papier. Il est préférable de laisser « mûrir » l'extrait obtenu de un à deux mois. On conservera les extraits à l'abri de l'air et de la lumière (flacon teinté)

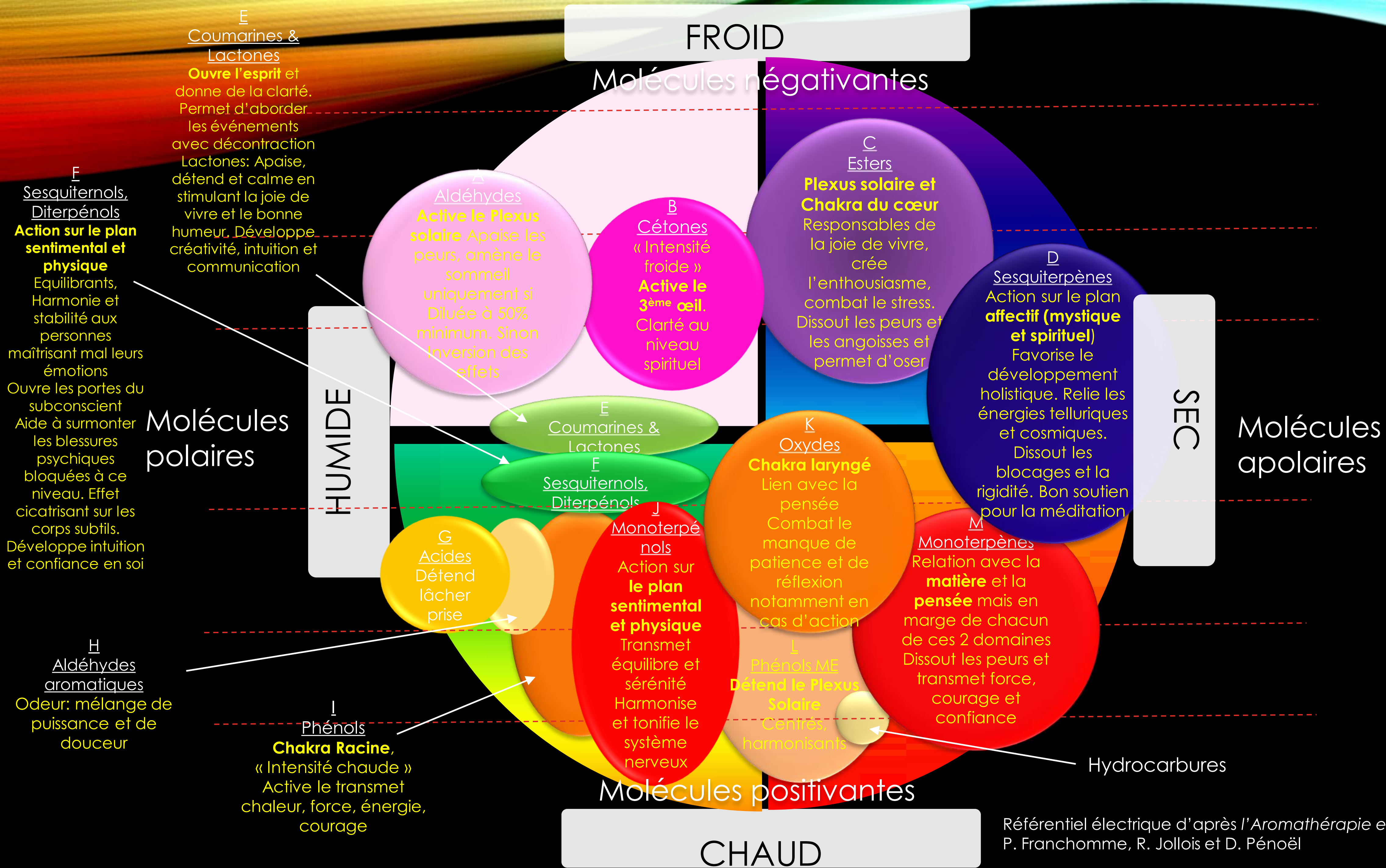
Il ne vous reste qu'à enchanter vos jours de mille et un parfums…



D'après Manuel Pratique d'Aromathérapie au quotidien de P. De Bonneval et F. Dubus

PROPRIÉTÉS ÉNERGÉTIQUES ET VIGILANCE

	MOLÉCULES	TOXICITÉ	ACTION SUR LES CHAKRAS
A	Aldéhydes terpéniques	**Dermocaustique** **Inversion rapide des effets (dilution à 50% min)**	Active le Plexus solaire, apaise les peurs, amène le sommeil
B	Cétones monoterpéniques	**Inversion rapide des effets, très vite toxique** A employer en très faible quantité y compris dans les mélanges. Par voie interne pas d'usage prolongé et excessive pour ne pas surcharger le foie	« Intensité froide » Active le 3ème œil. Clarté au niveau spirituel
C	Esters	Doux pour la peau	Plexus solaire et Chakra du cœur. Responsables de la joie de vivre, crée l'enthousiasme, combat le stress. Dissout les peurs et les angoisses et permet d'oser
D	Sesquiterpènes et Azulènes	Bien tolérés par la peau	Action sur le plan affectif (mystique et spirituel). Favorise le développement holistique. Relie les énergies telluriques et cosmiques. Dissout les blocages et la rigidité. Bon soutien pour la méditation
E	Coumarines & Lactones	**Photosensibilisantes pour certaines coumarines** **Cumulatives (restent plusieurs semaines dans le corps)** **Prudence chez les personnes soignées par anticoagulants** **Hépatotoxique (pyrannocoumarine)**	Ouvre l'Esprit et donne de la clarté. Permet d'aborder les événements avec décontraction Lactones: Apaise, détend et calme en stimulant la joie de vivre et le bonne humeur. Développe créativité, intuition et communication
F	Sesquiterpénols, Diterpénols	**Toxicité liée à l'activité hormonale (femmes enceintes, mastoses, cancers hormono-dépendants.**	Action sur le plan sentimental et physique. Equilibrants, Harmonie et stabilité aux personnes maîtrisant mal leurs émotions. Ouvre les portes du subconscient. Aide à surmonter les blessures psychiques bloquées à ce niveau. Effet cicatrisant sur les corps subtils. Développe intuition et confiance en soi
G	Acides		Détend et conduit au lâcher-prise
H	Aldéhydes aromatiques	**Dermocaustique, irritant pour les muqueuses** **Prudence chez les personnes soignées par anticoagulants**	
I	Phénols	**Pas d'usage prolongé** Prudence dans le chaud: peut réveiller énervement, colère, l'agressivité, hyperactivité	« Intensité chaude » Active le chakra racine, transmet chaleur, force, énergie, courage
J	Monoterpénols	Toxicité potentielle faible **à l'exception du menthol**	Action sur le plan sentimental et physique. Transmet équilibre et sérénité. Harmonise et tonifie le système nerveux
K	Oxydes	Certaines sont très bien tolérées pures sur la peau	Chakra laryngé. Lien avec la pensée. Combat le manque de patience et de réflexion notamment en cas d'action précipitée.
L	Phénols Méthyl Ether	Pas d'effets secondaires, mais légère irritation chez les hypersensibles. **Toxique à dose élevée: abortif, hépatotoxique et néphrotoxique** A diluer à 50% pour un usage cutané	Détend le Plexus Solaire. Centrés, harmonisants
M	Monoterpènes	**Dermocausticité et néphrotoxicité relatives.** Dilution à 50%	Relation avec la matière et la pensée mais en marge de chacun de ces 2 domaines Dissout les peurs et transmet force, courage et confiance



Référentiel électrique d'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

TABLEAU DES HUILES ESSENTIELLES

FROID

Molécules négativantes

A B C D E F G H I J K L M N

HUMIDE

SE

Molécules hydrophiles

Molécules hydrophobes

Molécules positivantes

CHAUD

A	Aldéhydes terpéniques
B	Cétones monoterpéniques
C	Esters
D	Sesquiterpènes & Azulènes
E	Coumarines & Lactones
F	Sesquiterpénols & Diterpénols
G	Acides
H	Aldéhydes aromatiques
I	Phénols
J	Monoterpénols
K	Oxydes
L	Phénols Méthyl-Ethers
M	Monoterpènes
N	Hydrocarbures

01- Amyris balsamifera	bois	Rutacée	F
02- Angélique archangélique	racines	Apiacée	M, E
03- Anis vert	semences	Apiacée	L, D, C
04- Basilic exotique	feuilles & fleurs	Lamiacée	M, J, L
05- Baume de Copahu	oléorésine	Césalpiniacée	D
06- Bay de Saint Thomas	rameaux feuill	Myrtacée	M, J , I
07- Bois de Hô	bois	Lauracée	J, K
08- Bois de Rose	feuilles	Lauracée	J, K
09- Camomille romaine	fleurs	Astéracée	**B**, C
10- Camphrier	écorce	Lauracée	K, M
11- Cannelle	écorce	Lauracée	**A** , D, C, M, I
12- Carotte	semences	Apiacée	D, F
13- Cèdre de l'Atlas	bois	Pinacée	D
14- Céleri	graines	Apiacée	M, D, **P**
15- Ciste ladanifère	rameaux feuil	Cistacée	M, J, F,
16- Citron jaune	zestes	Rutacée	M, **A**, **P**
17- Citron vert	zeste	Rutacée	M, **A**, **P**
18- Clous de Girofle	clous	Myrtacée	I, D, C,
19- Combawa	feuilles	Rutacée	M, J, **A**, C, **P**
20- Curcuma	rhizomes	Zingibéracée	M, **B**, D
21- Cyprès sempervirens	rameaux	Cupressacée	M, F, C
22- Cryptomeria	rameaux	Cupressacée	M, J, F
23- Elémi	gomme	Burséracée	M, F; L
24- Encens/ Oliban	gomme oléor.	Burséracée	M, D
25- Epinette noire	aiguilles	Pinacées	M, C
26- Estragon	parties aérien	Astéracée	L, M, E
27- Eucalyptus globulus	feuilles	Myrtacée	M, K
28- Eucalyptus radiata	feuilles	Myrtacée	M, J, C, K
29- Fenouil doux	graines	Apiacée	L, M, **B**
30- Fragonia	rameaux feuil	Myrtacée	M, J, K
31- Galbanum	résine	Apiacée	M
32- Gaulthérie odorante	feuilles	Ericacée	C
33- Gaulthérie/ Wintergreen	feuilles	Ericacée	C, J, M, K
34- Genévrier cade	rameaux	Cupressacée	D, F
35- Genévrier commun	baies	Cupressacée	M, D
36- Géranium Bourbon	feuilles	Géraniacée	M, **B**, C
37- Hélicryse italienne	sommités fleur	Astéracée	M, C, **B**, D
38- Hys1ope couchée	parties aérien	Lamiacée	K, M, J, **B**
39- Jasmin officinal	fleur	Oléacée	J, C, **B**, D, I
40- Kunzea	rameaux feuil	Myrtacée	M, D, F, K
41- Laurier noble	feuilles	Lauracée	M, J, K,L, C
42- Lavande aspic	sommités fleur	Lamiacée	J, M, K, **B**
43- Lavande vraie	sommités fleur	Lamiacée	M, J, C
44- Lédon du Groenland	rameaux feuil	Ericacée	M, D
45- Lentisque pistachier	rameaux feuil	Anacardiacée	M, J
46- Litsee citronnée	fruits	Lauracée	M, **A**
47- Mandarine rouge	zestes	Rutacée	M, **P** ester azoté
48- Maniguette fine	plante entière	Zingibéracée	M, D, E

49- Marjolaine à coquille	parties aérien	Astéracée	J, M
50- Menthe poivrée	parties aérien	Lamiacée	J, K, **B**, C
51- Millepertuis	parties aérien fl	Hypericacée	M, D
52- Monarde fisteuse	sommités fleur	Lamiacées	J, **A**, M, D
53- Myrrhe	gomme oléo s	Burséracée	D
54- Nard jatamensi	rhizomes	Valérianacée	D, Cét sesqu
55- Niaouli	feuilles	Myrtacée	M, J, K, F
56- Noix de Muscade	noix	Myristicacée	M, Esth ox
57- Orange douce	zeste	Rutacée	M, J, **A**, **P**
58- Palmarosa	parties aérien	Poacée	J, M, C, D
59- Pamplemousse blanc	zeste	Rutacée	M, **P**
60- Patchouli	feuilles	Lamiacée	D, F
61- Petit grain bigarade	feuilles fraiches	Rutacée	J, C
62- Pin sylvestre	aiguilles	Pinacée	M
63- Poivre noir	fruits	Pipéracée	M, D
64- Propolis			Flavonoïdes
65- Pruche du Canada	rameaux aiguil	Abiétacée	M, C
66- Ravintsare	feuilles	Lauracée	K, M, J
67- Romarin off. à verbénone	sommités fleur	Lamiacée	M, J, C, **B**
68- Romarin officinal	rameaux feuil	Lamiacée	Diterp phén
69- Rose de Damas	pétales	Rosacée	J, N, Alcool p
70- Sapin de Sibérie	aiguilles	Pinacée	M, C
71- Sarriette	sommités fleur	Lamiacée	I M
72- Saro	feuilles	Cannélacée	K, M, J
73- Sauge sclarée	feuilles	Lamiacée	D, J, C
74- Tee Trea	feuilles	Myrtacée	M, J
75- Thym vulgaire à thuyone	sommités fleur	Lamiacée	M, J, C
76- Thym vulgaire à thymol	sommités fleur	Lamiacée	I, J, M
77- Valériane des Indes	racines	Valérianacée	D, F, Cét sesq
78- Verveine	parties aérien	Verbénacée	M, **A**, D, F
79- Vétiver	rhizomes	Poacée	D, F, sesquitpnone
80- Ylang Ylang	fleurs	Anonacée	D, C
81- Yuzu	zeste et jus	Rutacée	M

A	Dermocaustique, dilution 50%
B	Inversion rapide des effets. Utiliser en très faible quantité
C	
D	
E	Photosensibilisant
F	Effet cumulatif, hépatotoxique. Attention prise d'anticoagulants
G	
H	Prudence dans le chaud. Pas d'usage prolongé
I	Prudence avec prise d'anticoagulants, hépatotoxique
J	
K	A dose élevée: abortif, hépatotoxique, néphrotoxique, dilution 50%
L	A dose élevée: abortif, hépatotoxique, néphrotoxique, stupéfiant
M	Dermocausticité et néphrotoxicité relatives. Diluer à 50%
N	
P	Photosensibilisant

APPROCHE HOLISTIQUE DES HUILES ESSENTIELLES

D’après *La Nouvelle Aromathérapie*, Philippe Mailhebiau

ENERGIE PRIMORDIALE
VIE

Aspect unitaire de la vie non existentielle de l'être
3 en 1

FEU

- EGO
- Principe et force vitale non-existentiels

(l'énergie que nous percevons au niveau terrestre comme lumière et chaleur apparait lorsque les radiations solaires rencontrent la masse matérielle de l'atmosphère terrestre)

1 en 3
Aspect trinitaire psychophysiologique de l'être existentiel

AIR

- MENTAL
- Lumière -> Couleurs – Compréhension

(pour voir, comprendre et analyser, l'intellect a besoin de lumière (spirituelle et physique. Le mental indique la direction sans pouvoir provoquer l'animation. La lumière apporte la compréhension).

EAU

- AFFECTIF
- Chaleur -> Odeurs – Sensations

(l'émotionnelle a besoin de chaleur pour ressentir, aimer, réagir. La chaleur pénètre dans les choses en profondeur et favorise l'échange, la communication et la fusion. Grâce à la chaleur, le cœur possède la connaissance intérieure

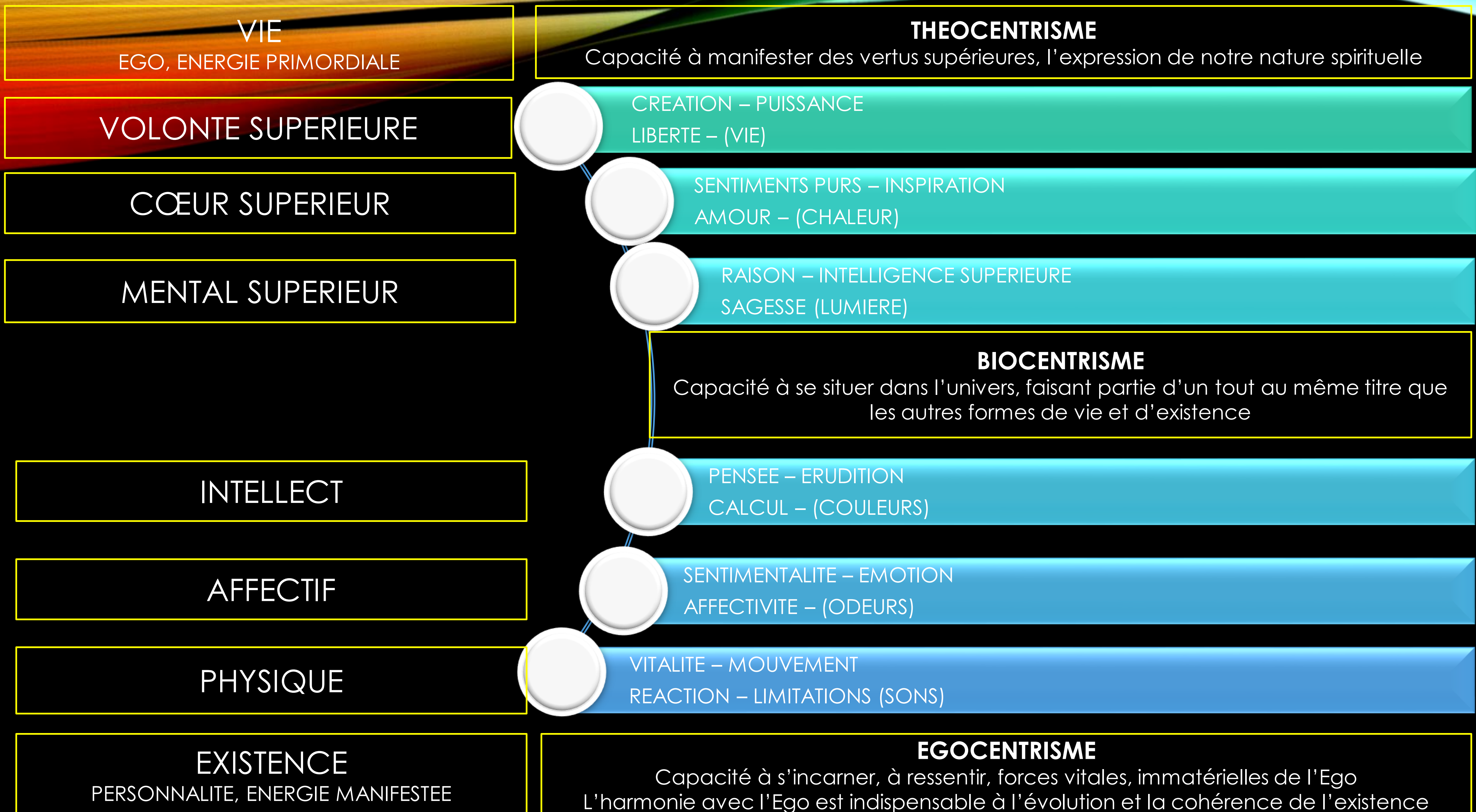
TERRE

- PHYSIQUE
- Animation -> Sons – Mouvements

(pour fonctionner, agir et réaliser, la volonté a besoin de l'animation biologique et de la chaleur. Elle cumule une part des potentialités du mental et de l'affectif auxquels elle donne leurs moyens d'expression concrets.

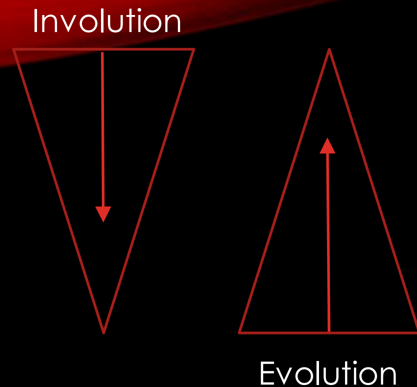
ENERGIE MANIFESTE
EXISTENCE

Approche de la structure psychospirituelle de l'Homme
D'après *La Nouvelle Aromathérapie* de P. Mailhebiau



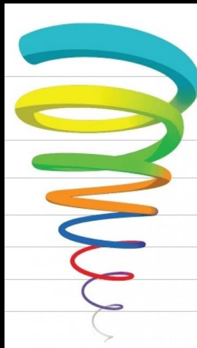
Correspondance entre l'unité tripartite de l'Ego et la personnalité existentielle
D'après *La Nouvelle Aromathérapie* de P. Maihebiau

L'intelligence n'est pas personnelle à chaque individu (intelligence universelle accessible à tous les êtres vivants) mais elle se manifeste de façon spécifique selon le mode d'expression existentiel de chacun. Les incohérences entropiques ou subversives sont dues à 'l'imperfection du récepteur' (cerveau = machine au service de l'intelligence) et non à un défaut de l'intelligence elle-même.



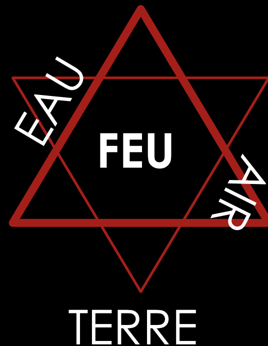
Le déséquilibre plus ou moins important qui afflige le triangle mental-affectif-physique peut être la source de transformations positives ou au contraire générateur de perturbations psychosomatiques parfois graves qui se manifestent toujours par des syndromes pathologiques.

L'origine des troubles se situe notre structure psychophysiologique: ce n'est pas « la vie » qui doit être remise en question ou modifiée, mais bien notre façon de la manifester ou de l'exploiter.



Le point d'équilibre de l'existence se situant au niveau de la vie dans son essence, qui est son fondement originel, comme le point d'équilibre de notre personnalité psychophysiologique se trouve dans l'Ego, un éloignement biologique ou psychique de cet axe vital signifie que l'on se rapproche d'autant des limites existentielles. Avant que ces limites ne soient franchies, phénomène correspondant à la mort biologique, des perturbations métaboliques et structurelles de plus en plus importantes apparaîtront et pourront aboutir dans le pire des cas à un état morbide irréversible.

Afin d'approcher autant que possible l'existence de son point d'équilibre et de rétablir l'harmonie psychobiologique de l'individu, il sera nécessaire de prendre en compte les principes vitaux essentiels agissant à la fois aux niveaux mental, affectif et physique



Le feu, symbole de l'énergie vitale primordiale de l'Ego, doit involuer pour animer les 3 autres éléments: l'air, l'eau et la terre correspondant respectivement au mental, à l'affect et au physique et ainsi permettre l'évolution de la personnalité.

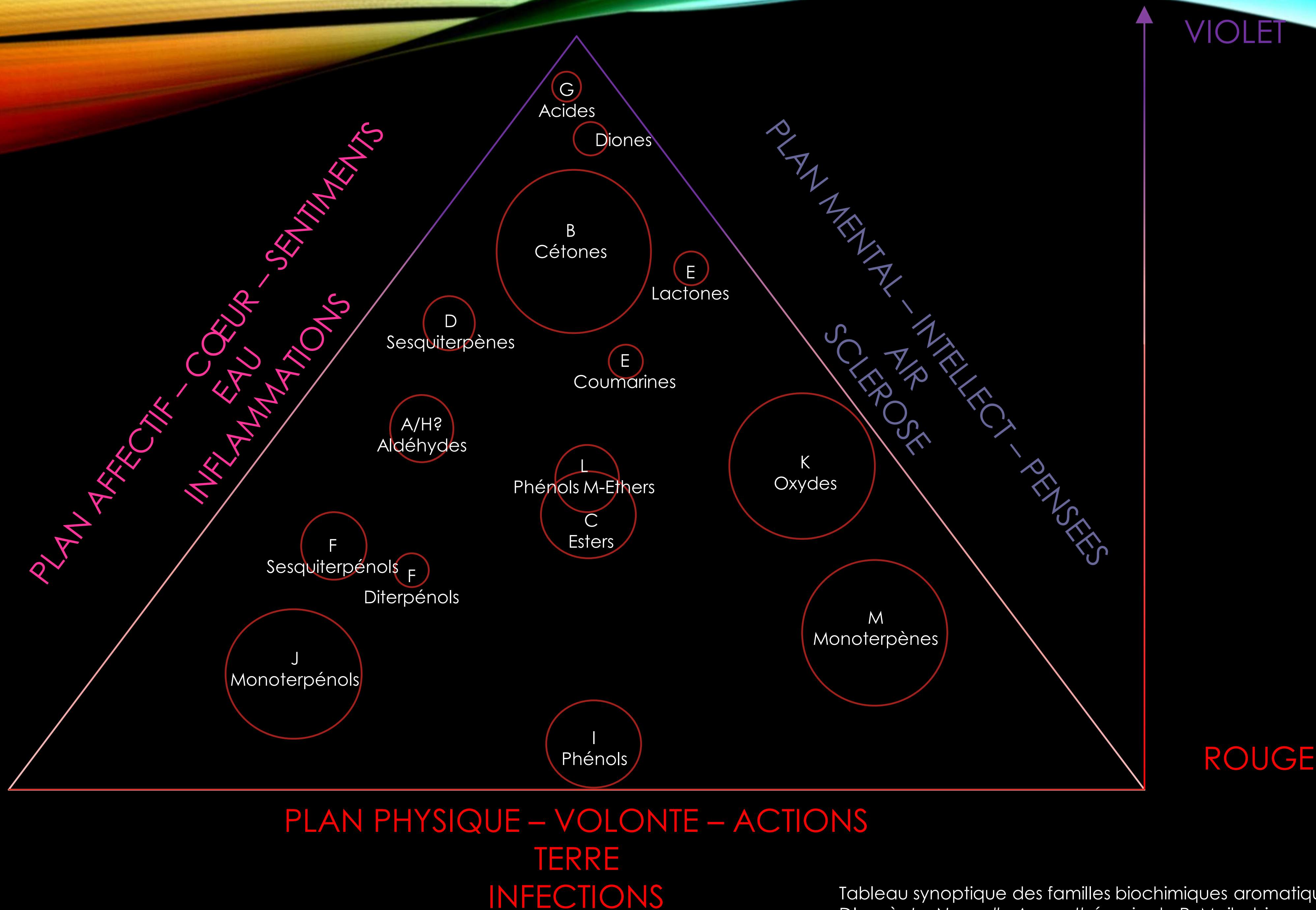


Tableau synoptique des familles biochimiques aromatiques
D'après *La Nouvelle Aromathérapie* de P. Maihebiau

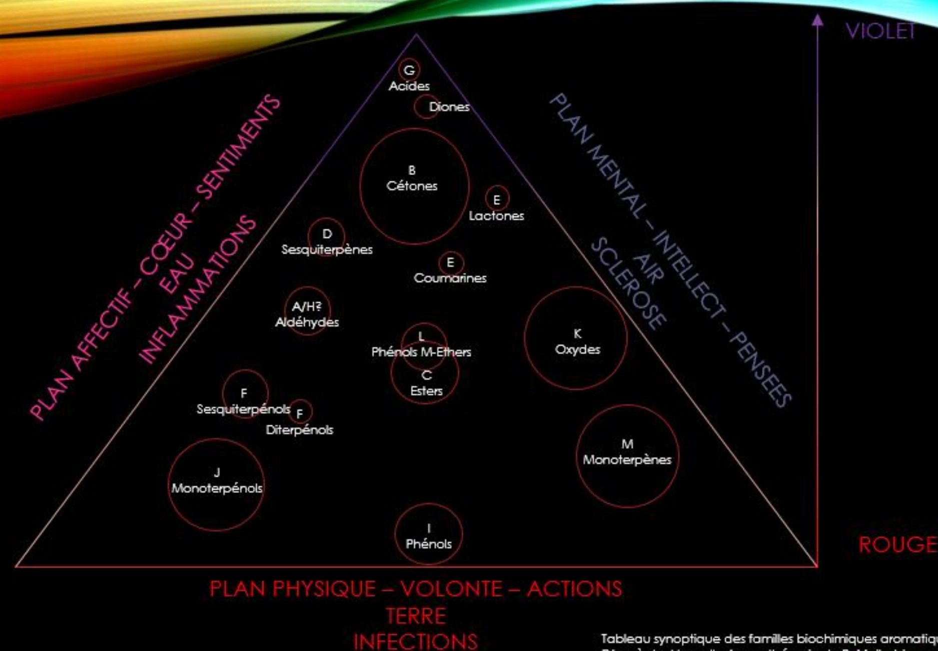


Tableau synoptique des familles biochimiques aromatiques
D'après *La Nouvelle Aromathérapie* de P. Maihebiau

DIATHESES

Sclérose: relation avec le plan mental.

- Les individus qui manquent de chaleur, d'amour et sont de nature peu enclins à la communication auront tendance à manifester des syndromes sclérotiques typiques d'une carence vitale pathogène.
- En général, auriquement froids, secs, rétractés, ils fonctionnent selon un mode d'expression globalement linéaire et égotique.
- Tendance à développer des maladies du type: cancer, stases circulatoires, atrophies et occlusions endogènes, nécroses ou tendances schizoïdes légères, certains éléments se mettent à mener une existence séparée de l'ensemble, se coupant de la force vitale et finissant par engendrer un processus morbide qui se communique à tout l'organisme.

Inflammation: relation avec le plan affectif

- Les individus qui ont tendance à une fusion-absorbante, à une assimilation globale et synthétique, qui peut se révéler individualiste si elle n'est pas compensée par un processus naturel de sélection et de répartition résultant d'une intelligence cohérente.
- Les personnes chez qui l'affectif prédomine sont sujettes aux maladies inflammatoires sont auriquement dilatées, sanguines et chaudes.
- Elles manifestent des tendances égocentriques et personnelles avec une perpétuelle peur de manquer (de nourriture, d'amour, d'argent etc)
- L'inflammation en phase aigue est liée à un à un mode réactionnel.
- Tendance à développer des maladies du type: arthritisme, asthme, cystite, obésité, mégalomanie.
- Excès rétenteurs de forces vitales

Infection: relation avec le plan physique

- Sauf dans le cas de maladies infectieuses à répétition pouvant résulter d'un état chronique découlant parfois de psychoses graves, les personnes sujettes aux infections ne manifestent pas de disposition psychiques particulières.
- Les personnes sont auriquement dispersées, faibles et dominées par le contexte extérieur
- L'infection est un faux problème qu'il faut considérer comme le révélateur d'un obstacle au bon fonctionnement du système immunitaire.
- L'infection est la résultante de la sclérose ou de l'inflammation ou des 2 à la fois. Une pathologie infectieuse se développe souvent sur un terrain dont la déficience provient d'un processus inflammatoire ou sclérotique. Ex. cystite à colibacillose chez une personne en proie à une carence affective ou une sexualité tourmentée (diathèse inflammatoire) ou les rhumatismes articulaires aigus à streptocoques d'un individu introverti à tendance psychotique (diathèse sclérotique). On trouve aussi simultanément des symptômes sclérotiques et inflammatoires: arthrites récidivantes, quasi chroniques pouvant aboutir à une destruction des cartilages de l'articulation.

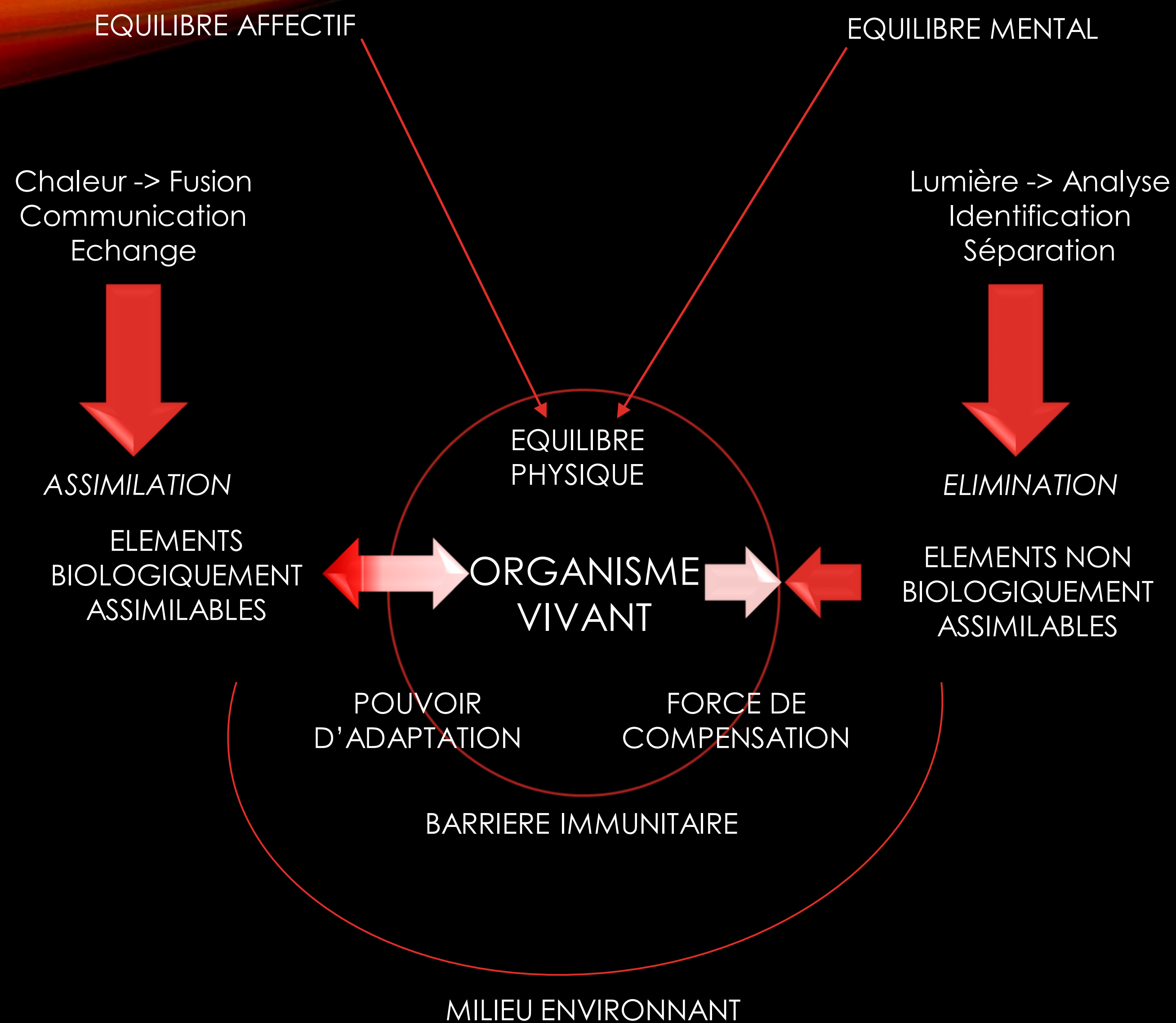
Une disharmonie mentale entraîne à terme sa réciproque affective, un « manque » allant de pair avec un « trop plein » opposé, et inversement. Lors de l'apparition d'une sclérose, il n'est pas rare que se manifestent ensuite certains syndromes inflammatoires tant le couple créato-formateur du mental et de l'affectif est en interaction.
Il importera alors de remonter à l'origine de la maladie du patient, en vertu de sa nature psychique particulière pour savoir s'il faut travailler en priorité sur le plan mental ou sur le plan affectif, leur déséquilibre déstabilisant l'équilibre biologique et affaiblissant les systèmes métaboliques et immunitaire

D'après *La Nouvelle Aromathérapie* de P. Maihebiau

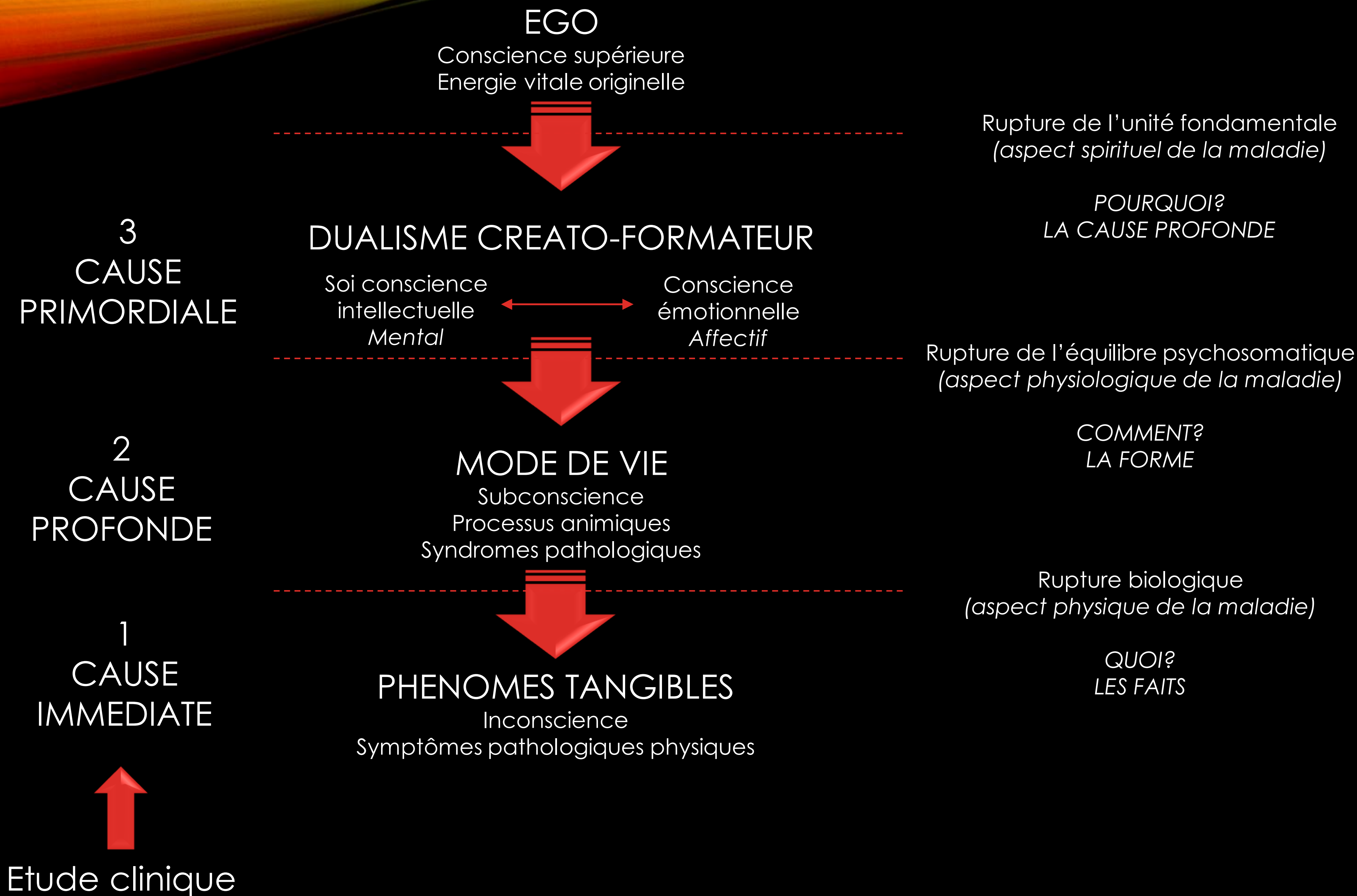
INFLUENCE DU MENTAL ET DE L'AFFECTIF SUR LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

- **Une assimilation correcte dépend aussi d'une faculté de fusion, caractéristique du plan affectif**
- **L'élimination adéquate implique une capacité de tri, de rejet, typique des qualités analytiques du mental**
- **Un déséquilibre émotionnel entraîne des perturbations dans le processus d'assimilation** qui peuvent se caractériser d'une part par la **non-absorption d'éléments vitaux**, phénomène générateur de carences plus ou moins importantes, **et conjointement d'autre part par l'acceptation d'éléments nocifs**, toxiniques, voire pathogènes.
- **Un déséquilibre mental dérègle le processus d'élimination**: il y a à la fois refus de substances nutritives ou catalytiques indispensables au maintien de la santé, et incapacité à s'opposer à l'assimilation d'éléments nocifs et biodégénérants, source de toxémies plus ou moins contrôlables.
- Le bon ou le mauvais fonctionnement du système immunitaire dépendra l'équilibre de l'émotionnel et du mental ou de l'incapacité pour eux à assumer correctement leur rôle directeur de création et de formation.
- **L'immunité organique**, comme les processus d'assimilation et d'élimination auxquels elle est lié **procède de 2 facteurs**: d'une part le **pouvoir d'adaptation** de l'organisme au milieu dans lequel il évolue, d'autre part sa **force de compensation qui vise à rejeter tout élément environnant susceptible de nuire à l'organisme.**
- L'indispensable adaptation découle des échanges que l'organisme doit effectuer avec son environnement: l'air qu'il respire, la nourriture qu'il absorbe etc. Ces échanges relèvent des principes de fusion, d'osmose et de communication régis par l'affectif.
- La force existentielle de l'organisme impose cependant la présence d'une force compensatrice de tri et d'élimination des éléments inacceptables dont la fonction analytique est liée au mental.
- Le système immunitaire est l'état d'équilibre qui s'est établit entre le pouvoir d'adaptation et la force de compensation (ces deux principes étant eux-mêmes étroitement dépendant de l'équilibre émotionnel-mental). **Si cet équilibre est rompu, l'unité de l'organisme l'est également et de cette rupture, se créé l'infection qui constitue une emprise du milieu extérieur sur le milieu intérieur.**
- Par conséquent même en cas de maladie infectieuse, **un traitement aromatique doit tenir compte des facteurs psychiques influant sur la détérioration du terrain, et ne pas s'appuyer uniquement sur les propriétés bactéricides et viricides des huiles essentielles**

D'après *La Nouvelle Aromathérapie* de P. Maihebiau



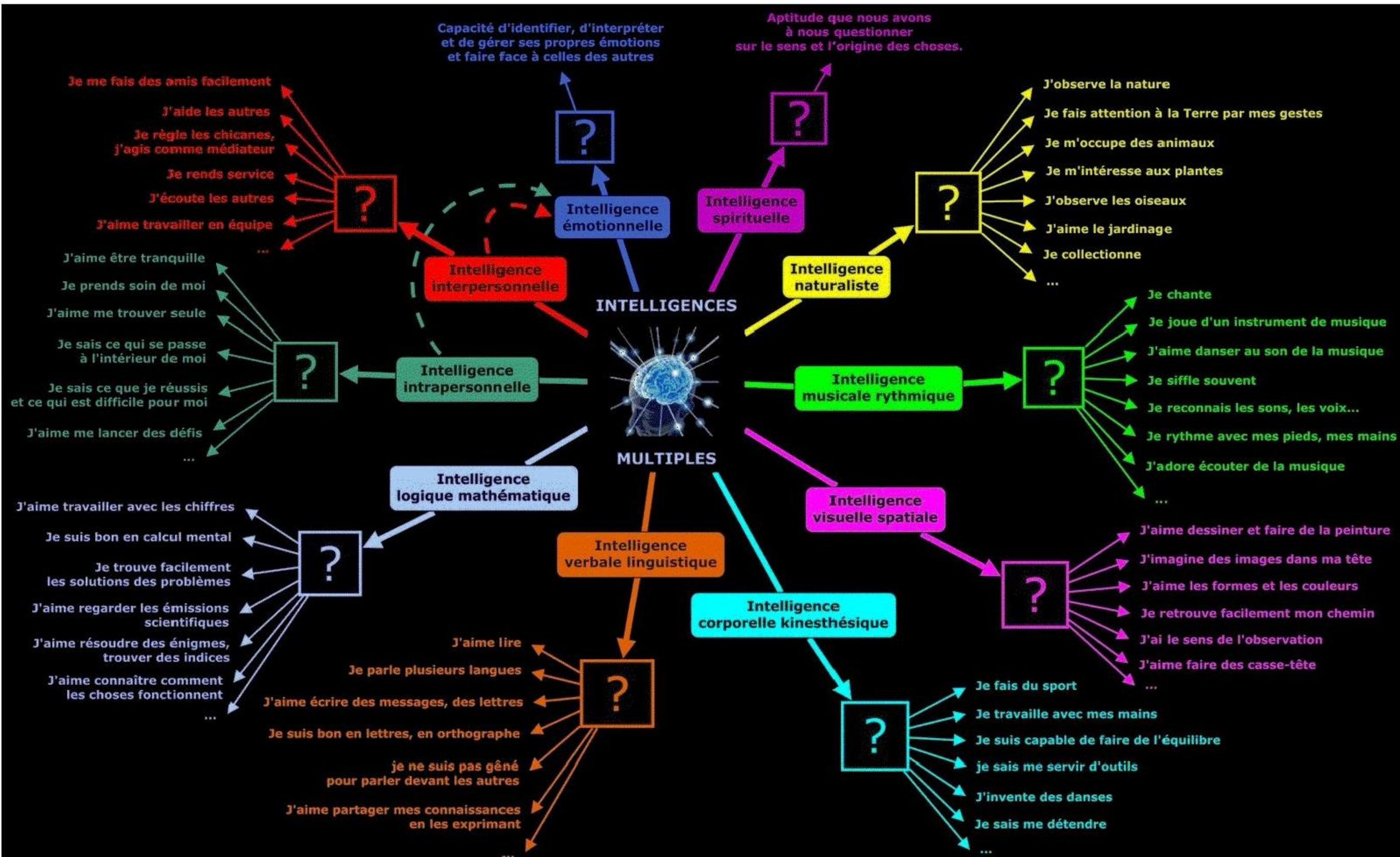
Synopsis de l'équilibre immunitaire
D'après *La Nouvelle Aromathérapie* de P. Mailhebiau



Etiopathogénèse
D'après *La Nouvelle Aromathérapie* de P. Maihebiau

TYPES D'INTELLIGENCES

Identifier le type d'intelligence mise en pratique par l'individu pour comprendre son fonctionnement et l'amener à explorer les sens sous exploités



INTELLIGENCES
MULTIPLES
Intelligence émotionnelle
Capacité d'identifier, d'interpréter et de gérer ses propres émotions et faire face à celles des autres
Intelligence spirituelle
Aptitude que nous avons à nous questionner sur le sens et l'origine des choses.
Intelligence interpersonnelle
Je me fais des amis facilement
J'aide les autres
Je règle les chicanes, j'agis comme médiateur
Je rends service
J'écoute les autres
J'aime travailler en équipe
...
Intelligence naturaliste
J'observe la nature
Je fais attention à la Terre par mes gestes
Je m'occupe des animaux
Je m'intéresse aux plantes
J'observe les oiseaux
J'aime le jardinage
Je collectionne
...
Intelligence intrapersonnelle
J'aime être tranquille
Je prends soin de moi
J'aime me trouver seule
Je sais ce qui se passe à l'intérieur de moi
Je sais ce que je réussis et ce qui est difficile pour moi
J'aime me lancer des défis
...
Intelligence musicale rythmique
Je chante
Je joue d'un instrument de musique
J'aime danser au son de la musique
Je siffle souvent
Je reconnais les sons, les voix...
Je rythme avec mes pieds, mes mains
J'adore écouter de la musique
...
Intelligence logique mathématique
J'aime travailler avec les chiffres
Je suis bon en calcul mental
Je trouve facilement les solutions des problèmes
J'aime regarder les émissions scientifiques
J'aime résoudre des énigmes, trouver des indices
J'aime connaître comment les choses fonctionnent
...
Intelligence visuelle spatiale
J'aime dessiner et faire de la peinture
J'imagine des images dans ma tête
J'aime les formes et les couleurs
Je retrouve facilement mon chemin
J'ai le sens de l'observation
J'aime faire des casse-tête
...
Intelligence verbale linguistique
J'aime lire
Je parle plusieurs langues
J'aime écrire des messages, des lettres
Je suis bon en lettres, en orthographe
je ne suis pas gêné pour parler devant les autres
J'aime partager mes connaissances en les exprimant
...
Intelligence corporelle kinesthésique
Je fais du sport
Je travaille avec mes mains
Je suis capable de faire de l'équilibre
je sais me servir d'outils
J'invente des danses
Je sais me détendre
...

APPROCHE ÉNERGÉTIQUE (MTC)

D’après *La Phyto-énergétique* de Michel Odoul et Elske Miles

Yang

Ciel ♂ + ↑

Le ciel est au dessus de l'homme.
Léger, éthérique, impalpable, intangible, non concret, non mesurable

Jour
Gauche
Pluie, Nuages, Smog
Méridiens Yang

Rythme et temps

Yang

Esprit
Essence
Qualité
Superficiel
Lumineux
Soleil
Non manifesté
Dur
Don
Expression
Adret



Yin

Matière
Substance
Quantité
Nuit
Profond
Sombre
Lune
Négatif
Féminin
Manifesté
Physique
Souple
Réception
Ecoute

Yin

Terre ♀ - ↓

La terre est en dessous de l'homme.
Lourd, dense, palpable, tangible, concret, mesurable

Corps
Droite
Bas
Rivière, Mer, Océan
Veines
Méridiens Yin

Structure-espace

Yin et Yang sont toujours relatifs.

Ils sont 2 forces complémentaires, différentes mais non antagonistes, non opposées.

La recherche fondamentale de l'homme est celle de l'harmonie entre le Yin et le Yang

Tout peut être positionné en termes de Yin et de Yang. Il est cependant fondamental de comprendre que ces polarités sont relatives. Le Yin est toujours en référence à quelque chose de plus Yang. De même le Yang est Yang en référence à quelque chose de plus Yin que lui.

Principes de fondateurs de l'énergétique orientale
D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

Les Cinq Principes en référence aux Points Cardinaux

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

SOLSTICE ETE

Yang au maximum
Le feu est chaud rouge, il monte vers le ciel, il est difficilement quantifiable, mesurable

FEU

EQUINOXE PRINTEMPS

Equilibre entre le Yin décroissant et le Yang montant
Souple, le bois apparaît au Printemps

BOIS

TERRE

METAL

EQUINOXE AUTOMNE

Equilibre entre le Yang décroissant et le Yin montant
Le métal est dur, il rouille

EAU

SOLSTICE HIVER

Yin au maximum
L'eau est froide, sombre. Elle descend vers le sol, s'infiltre, elle est facilement quantifiable, mesurable

Chaque fois qu'un principe sera dominant chez un individu, ce sont ces caractéristiques qui seront dominantes (à un degré proportionnel à celui de la dominance), en sachant que la dominante unique d'un principe n'existe pas. On étudiera chacun des 5 principes selon 3 niveaux de correspondance relationnelle:

- La correspondance avec la biosphère
- La correspondance avec la psychologie
- La correspondance avec la morphologie

PRINCIPE BOIS

BIOSPHÈRE	PSYCHOLOGIE	MORPHOLOGIE
Correspondances: Printemps Est Vent Matin Couleur verte Planète Jupiter Phase énergétique: Mobilisation Extériorisation Energie qui croît Retour du Yang Phase évolutive: Naissance Organe: Foie Entrailles: Vésicule biliaire Physiologie: Yeux Muscles (pour leur activité) Liquides organiques: Larmes Sens: Vue, Ongles Saveurs: aigre, acide Odeur: fermenté	Vertu: Harmonie Nature: Tempérance Qualité: beauté et élégance Type d'individu: Personne entraînante mais sa passion est la colère et il court le danger de déchéance et perdition car, par excès il devient son contraire. Susceptible, son attitude reste néanmoins toujours digne. Pouvoir créateur (créativité artistique, imagination). Il est travailleur et combatif. Intuitif, il sait être cordial et accueillant. Actif et très animé, il gesticule beaucoup et parle fort mais reste anxieux, sensible et émotif, ce qui peut le rendre coléreux car il ne supporte pas d'avoir tort. Parfois lunatique et instable, il reste malgré tout créatif et imaginatif et sait parfois être intrépide. Sa fragilité est de type caractériel.	L'individu de type Bois est généralement long, maigre et droit lorsqu'il est jeune. Il a le teint coloré et plutôt verdâtre. Les yeux sont jolis, la barbe est assez fournie et les lèvres sont rouges. La musculature est tonique et ferme. La peau est douce et la résistance physique est bonne. Le regard est franc, décidé et l'expression de son visage est accueillante et directe. La main est fine, équilibrée et marquée par des ongles mous ou cassants, selon le degré d'excès ou de faiblesse du Principe.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

PRINCIPE FEU

BIOSPHÈRE	PSYCHOLOGIE	MORPHOLOGIE
Correspondances: Eté Sud Chaleur Midi Couleur rouge Planète Mars Phase énergétique: Superficie Extérieur Energie en pleine force Phase évolutive: Croissance et jeunesse Organe: Cœur Entrailles: Intestin grêle Physiologie: Langue, vaisseaux sanguins Liquides organiques: Sueur Sens: Parole, teint Saveurs: amer Odeur: brûlé	Vertu: Eclat Nature: Chaleur Qualité: Prospérité Type d'individu: Il brûle et transforme rapidement. Son danger est dans son pouvoir destructeur. Sa manifestation affective est la joie. Violent et irascible, l'individu de type Feu représente la passion, la fougue et l'ardeur mais aussi la lucidité. C'est un bon vivant qui aime tous les plaisirs. Généreux, serviable, optimiste, il a la parole facile et est enthousiaste. Résistant et intelligent, il est parfois présomptueux, agressif ou excité. Sa fragilité sera d'ordre émotionnel.	L'individu de type Feu a généralement le teint coloré, souvent rougeaud. Le visage est plus large en bas, le nez busqué et les oreilles ont des lobes détachés. La barbe et les cheveux sont plutôt châtains. Sujet à l'obésité ou à la ventripotence, c'est cependant « un sportif » et un être solide, grand et fort qui ne craint pas le froid. Cependant, son penchant pour les plaisirs de la vie porte en lui les germes de problèmes liés à ces excès. La main sera longue avec des doigts fins et des ongles longs et solides, les doigts pouvant être écartés.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

PRINCIPE TERRE

BIOSPHÈRE	PSYCHOLOGIE	MORPHOLOGIE
Correspondances: Fin des saisons (les 18 derniers jours entre chaque saison, elle se recentre avant de prendre une nouvelle direction. Elle puise sa force de chaque saison avant de passer à l'action) Centre Humidité Après-Midi Couleur jaune Planète Saturne Phase énergétique: Répartition Energie Yang arrivé en pleine maturité Phase évolutive: Maturité Organe: Rate-Pancréas Entrailles: Estomac Physiologie: Chair et tissus conjonctifs Liquides organiques: Salive Sens: Goût, lèvres Saveurs: doux, sucré Odeur: parfumé (fines herbes)	Vertu: Inhiber et pénétrer avec danger d'inondation et de pourrissement Action: Transformation lente Qualité: Abondance Type d'individu: L'individu de type Terre est doué pour la pensée et la méditation. Il symbolise le réalisme, le sens du travail, la fécondité laborieuse et la circonspection (tempérament qui convient à un homme d'affaire, un financier). C'est un stratège entreprenant. Il a les pieds sur terre et sait faire preuve de bon sens. Peu conformiste et opportuniste, il sait être diplomate, tolérant et même mondain. Son point de référence est toujours sa propre expérience.	L'individu de type Terre est caractérisé par un teint jaune, des traits gras, épais et solides, notamment au niveau des oreilles, du nez et de la bouche. Les sourcils sont fournis, le dos est rond. Les épaules et les hanches sont larges et l'allure « massive ». Le visage, posé sur un cou en général petit, est rond et parfois adipeux. L'individu de ce type est peu souple et a souvent du ventre. Gourmand et aimant les sucreries, il aime faire la sieste et craint le vent et l'eau. La main est potelée avec des ongles carrés. L'individu de type Terre a une certaine tendance à se manger les peaux en cas de nervosité.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

PRINCIPE MÉTAL

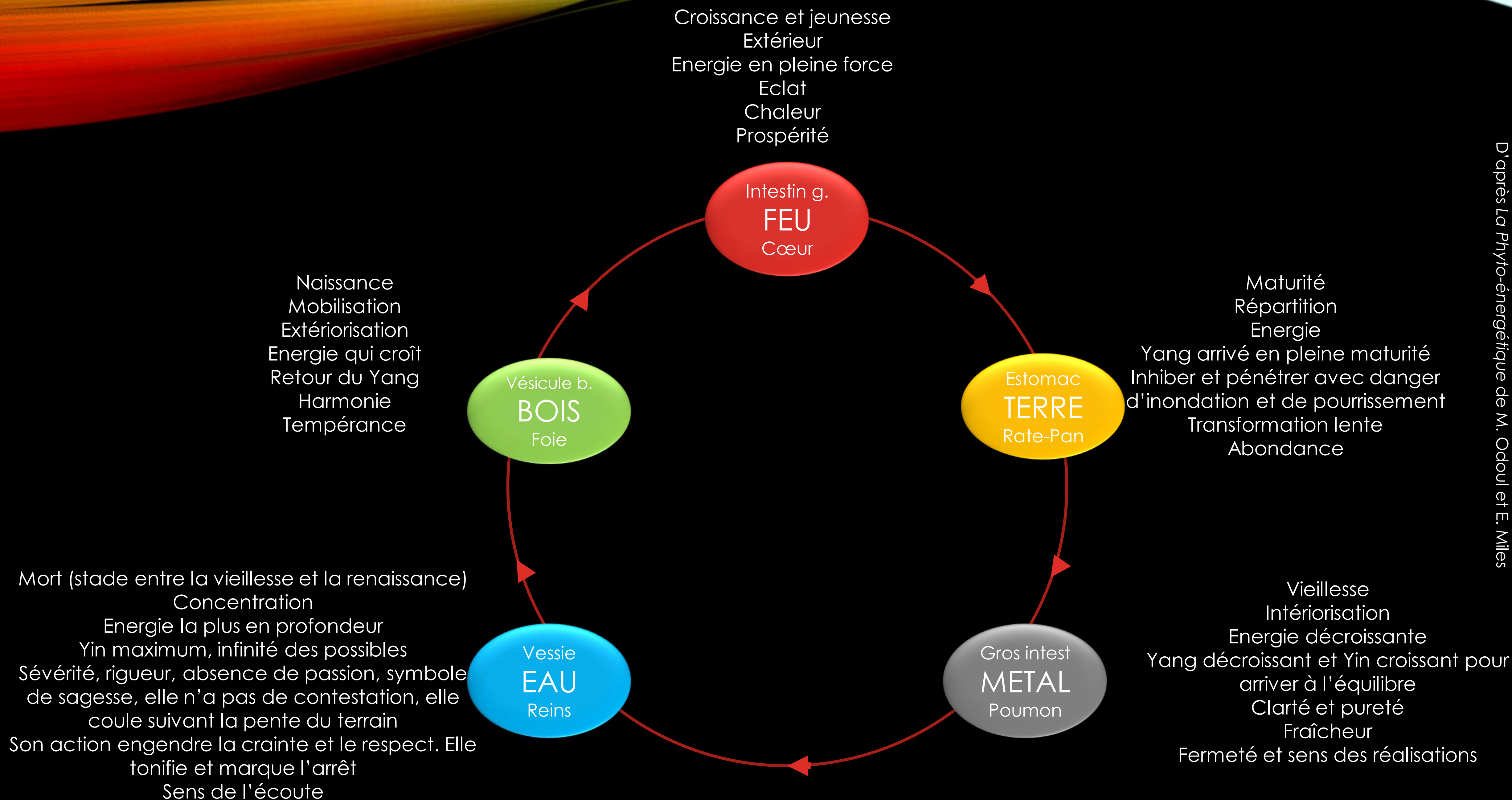
BIOSPHÈRE	PSYCHOLOGIE	MORPHOLOGIE
Correspondances: Automne (saison qui chez les Chinois va de début août à fin octobre et qui correspond à la période où on range ses récoltes et où l'on fait ses réserves, c'est la fin de l'année active Ouest (fin du jour) Sécheresse Soir Couleur blanche Planète Vénus Phase énergétique: Intériorisation Energie décroissante Yang décroissant et Yin croissant pour arriver à l'équilibre Phase évolutive: Vieillesse Organe: Poumon Entrailles: Gros intestin Physiologie: Peau, nez et système pileux Liquides organiques: Mucosités Sens: Odorat, poils Saveurs: piquant Odeur: âcre, rance	Vertu: Clarté et pureté Nature: Fraîcheur Qualité: Fermeté et sens des réalisations Moisson Type d'individu: L'individu de type Métal solide et constant. Son danger vient de son caractère destructeur car il marque l'arrêt de l'énergie et des dynamiques de vie. Sa passion est la sollicitude mais peut devenir morosité ou esprit chagrin en cas d'excès. Doué pour la parole, il symbolise la volonté, la rigidité, l'intégrité. L'individu de type Métal aime organiser et est méticuleux, prudent et prévoyant. Il aime peu l'imprévu et ne s'adapte pas toujours facilement. Fidèle, ordonné et juste, c'est un analyste romantique. Méthodique et calme, il est efficace. D'humeur égale, bien que parfois obstiné, il sait maîtriser ses émotions.	L'individu de type Métal a généralement le clair ou hâlé, les oreilles droites et une bonne apparence générale (figure carrée, lèvres et dents harmonieuses). Il est grand, mince, avec une cage thoracique petite et un dos légèrement courbé. Il craint le froid, l'humidité ou la chaleur excessive. Il peut être « raide » ou au contraire avoir une allure pleine d'aisance. Ses mains sont longues, rugueuses, sèches ou humides avec les doigts parfois « tordus en crochets ». Les articulations des phalanges sont marquées et striées et les ongles sont longs et étroits. Le regard sera dur, vif, malicieux ou triste.

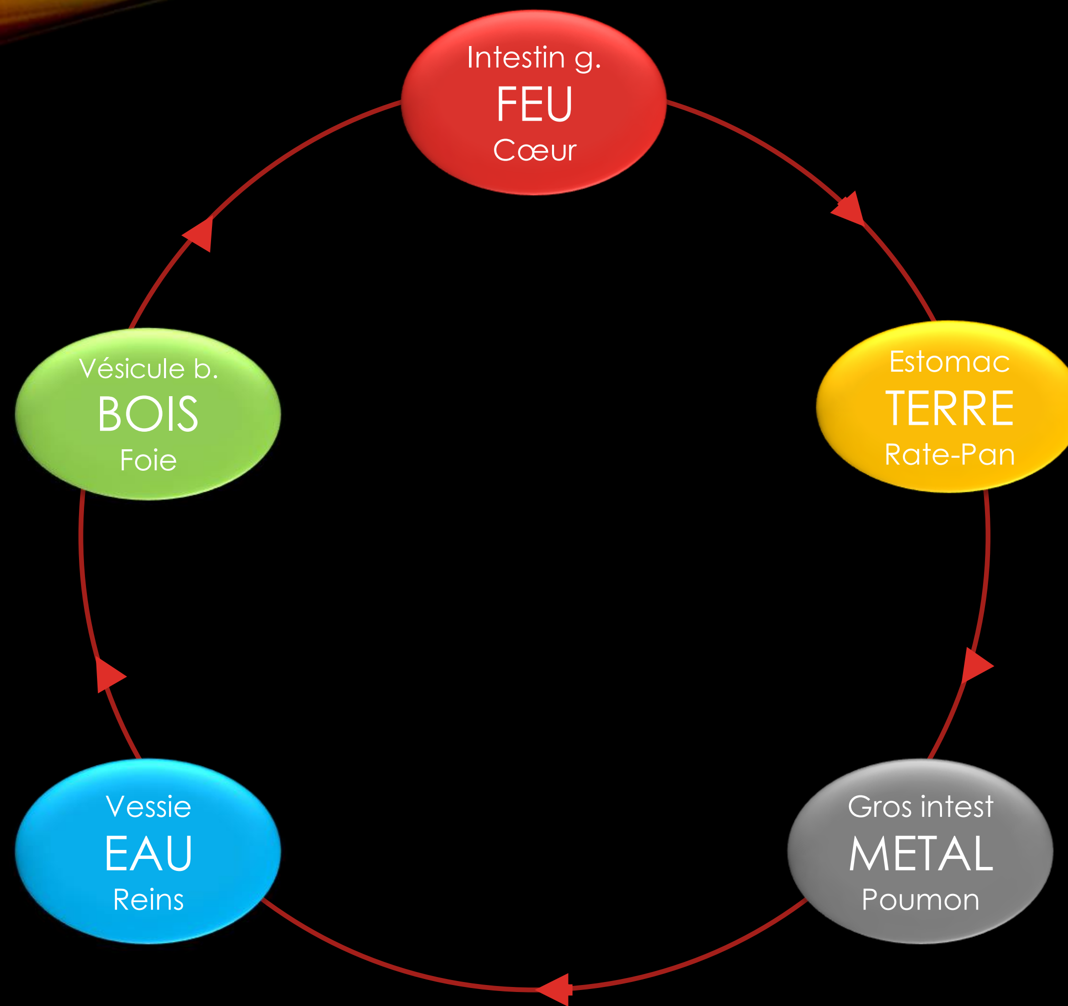
D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

PRINCIPE EAU

BIOSPHÈRE	PSYCHOLOGIE	MORPHOLOGIE
Correspondances: Hiver (saison qui chez les Chinois va de début novembre à fin janvier) Nord Froid Nuit Couleur noire Planète Mercure Phase énergétique: Concentration Energie la plus en profondeur Yin maximum, infinité des possibles Phase évolutive: Mort (stade entre la vieillesse et la renaissance) Organe: Rein Entrailles: Vessie Physiologie: Moelle, os, les oreilles Liquides organiques: Urines Sens: Ouïe, cheveux Saveurs: salé Odeur: moisi et putride	Vertu: Sévérité, rigueur, absence de passion, symbole de sagesse, elle n'a pas de contestation, elle coule suivant la pente du terrain Action: son action engendre la crainte et le respect. Elle tonifie et marque l'arrêt Qualité de réalisation: sens de l'écoute Type d'individu: L'individu de type Eau est craintif ou un peu timoré mais il a don de savoir écouter. L'eau est une puissance féconde, mais en excès, elle inonde. Si rien ne vient la mettre en mouvement, elle est comme en réserve, trop placide et fermée sur elle-même. Ce tempérament convient aux commerçants ou aux artisans. Autoritaire et courageux, l'individu de type Eau sait prendre ses décisions rapidement. Calme, tranquille, il peut parfois être misanthrope ou impétueux, mais il reste digne et noble en toute circonstance. Généreux, il est bien dans sa peau et fait preuve de droiture. Capable de se sacrifier pour réaliser ses buts, il se sent souvent seul car il fait peu confiance. Sa typologie caractérielle correspond à la sévérité, la décision et la fécondité. Sa psychologie passionnelle donne les angoisses et les peurs.	L'individu de type Eau est caractérisé par la rondeur: corps replet, souvent gros et gras. Les oreilles et la bouche sont épaisses, la peau est douce et souple, les cheveux sont luisants et le teint est foncé. Le dos est raide et le port de tête haut. L'individu de ce type aura tendance à avoir des poches sous les yeux. Il sera plutôt frileux et craindra l'humidité climatique. La main sera courte et boudinée et les ongles seront plats et fragiles, ayant parfois l'aspect d'une « péniche » (c'est-à-dire plats, voire légèrement incurvés vers le haut).

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

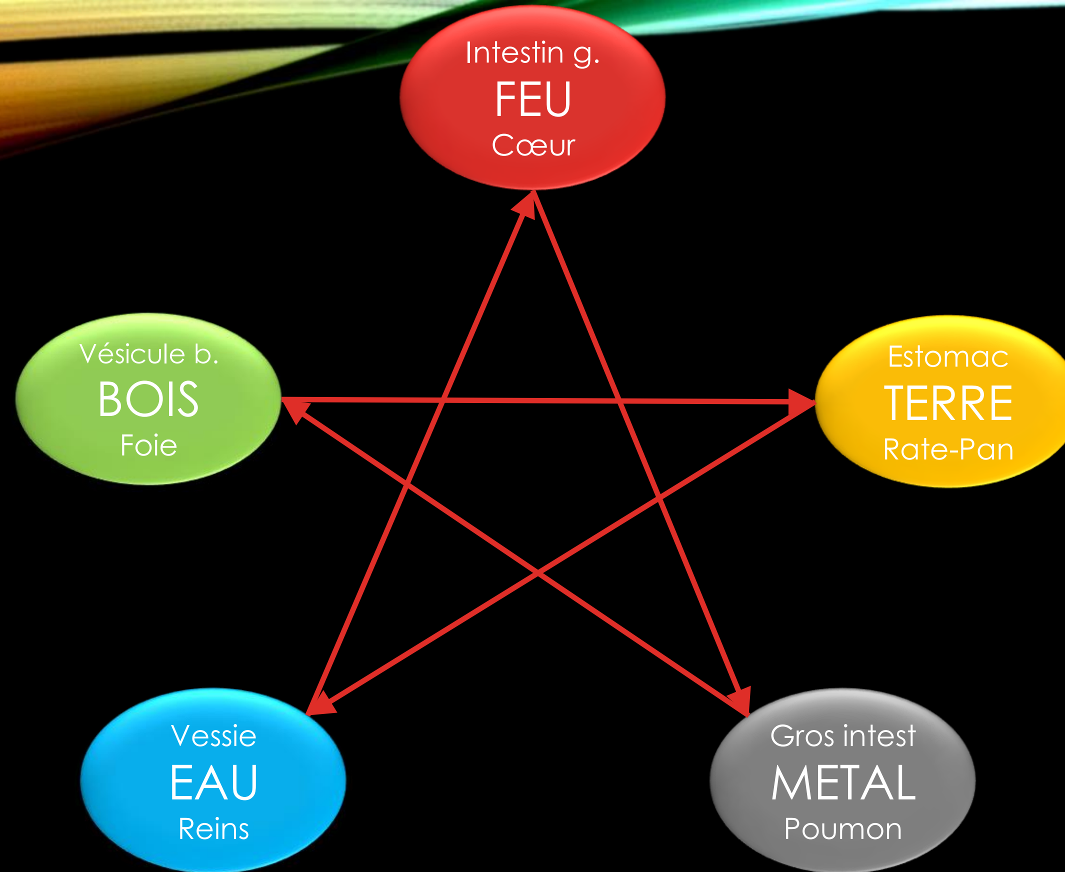

Croissance et jeunesse
Extérieur
Energie en pleine force
Eclat
Chaleur
Prospérité
Intestin g.
FEU
Cœur
Naissance
Mobilisation
Extériorisation
Energie qui croît
Retour du Yang
Harmonie
Tempérance
Vésicule b.
BOIS
Foie
Maturité
Répartition
Energie
Yang arrivé en pleine maturité
Inhiber et pénétrer avec danger d'inondation et de pourrissement
Transformation lente
Abondance
Estomac
TERRE
Rate-Pan
Mort (stade entre la vieillesse et la renaissance)
Concentration
Energie la plus en profondeur
Yin maximum, infinité des possibles
Sévérité, rigueur, absence de passion, symbole de sagesse, elle n'a pas de contestation, elle coule suivant la pente du terrain
Son action engendre la crainte et le respect. Elle tonifie et marque l'arrêt
Sens de l'écoute
Vessie
EAU
Reins
Gros intest
METAL
Poumon
Vieillesse
Intériorisation
Energie décroissante
Yang décroissant et Yin croissant pour arriver à l'équilibre
Clarté et pureté
Fraîcheur
Fermeté et sens des réalisations
Les Cinq Principes
D'après La Phyto-énergétique de M. Odoul et E. Miles



D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

Loi de l'engendrement

Le Bois engendre le Feu (le bois est le combustible par excellence), le Feu engendre la Terre (c'est pour cette raison que les agriculteurs brulent les chaumes afin de produire un engrais naturel), la Terre engendre le Métal (il est extrait de la Terre), le Métal engendre l'Eau (lorsqu'on réchauffe du métal, il fond et devient liquide) et enfin l'Eau engendre le Bois (il faut de l'eau pour que la végétation puisse pousser)



D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

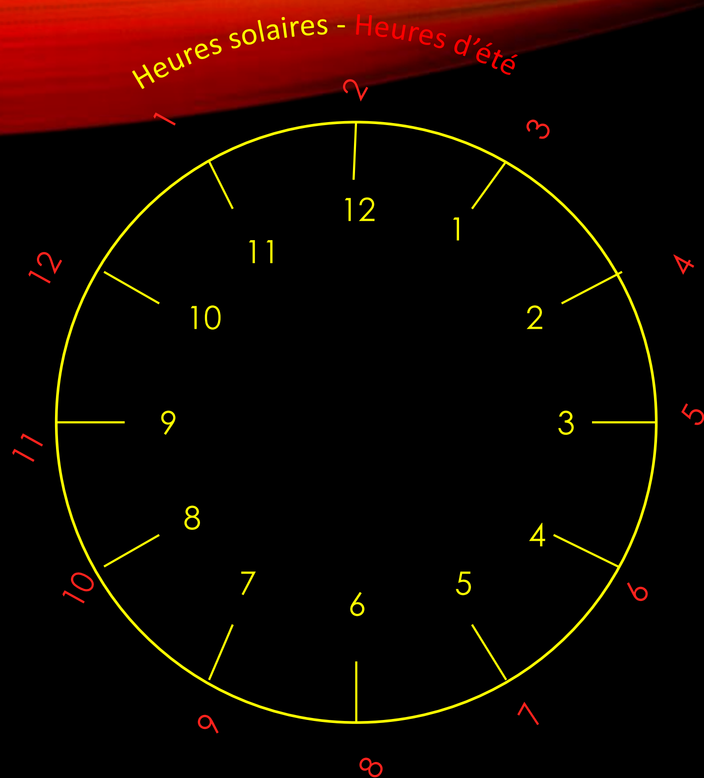
Loi d'inhibition ou loi de contrôle

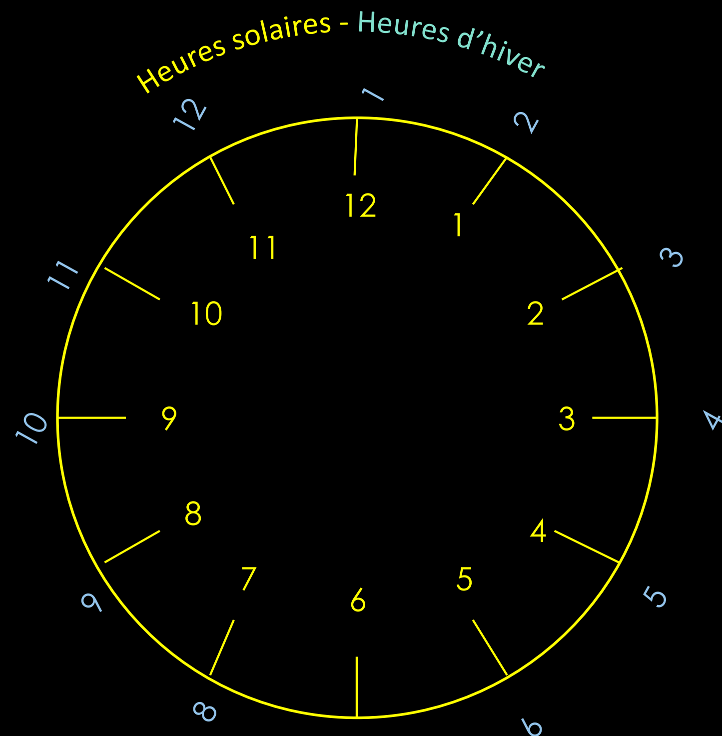
Inhiber revient à contrôler

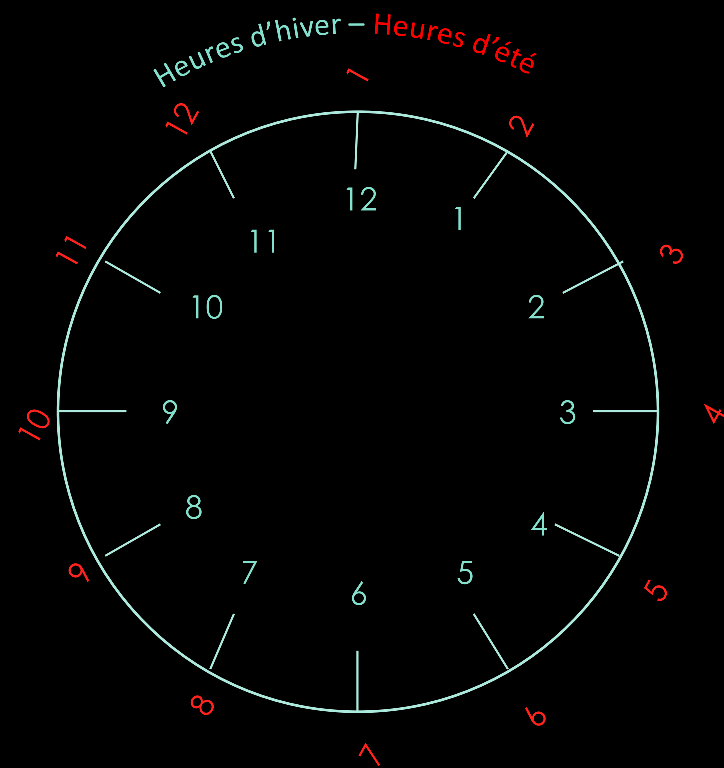
Le Bois inhibe la Terre (il lui prend ses principes vitaux), le Feu inhibe le Métal (il sert à le façonner, l'extraire, le fondre), la Terre inhibe l'eau (elle l'absorbe ou sert à l'endiguer), le Métal inhibe le Bois (il le coupe ou sert à le façonner), et enfin l'Eau inhibe le Feu (elle sert à le refroidir et même à l'éteindre).

L'intérêt de la connaissance de la loi d'inhibition réside dans l'usage que l'on peut en faire. Nous allons en effet pouvoir agir sur des déséquilibres sans nous opposer frontalement à eux, sans lutter contre eux, évitant ainsi de rentrer dans un usage symptomatique des HE.

Exemple: une personne constate qu'elle se sent moins bien l'été ou lorsqu'il fait chaud. Il s'agit là d'un excès d'énergie du Feu. Plutôt que de s'opposer à cet excès en faisant un travail de dispersion (symptomatique), cette personne devra plutôt aller tonifier son Energie de l'Eau puisque c'est elle qui régule le Feu. Deuxième exemple: une personne constate qu'elle se réveille systématiquement la nuit entre 2h et 4h (heure légale). Nous sommes là dans le cycle énergétique du Foie et ce réveil signifie un excès de cette énergie. Il est préférable, plutôt que d'aller s'opposer à l'énergie du Foie, de la réguler en allant renforcer celle du Poumon, qui est le méridien qui « contrôle » celui du Foie. Cette façon de réagir permet de rétablir un système « d'autocontrôle », plus efficace qu'une action directe sur la manifestation du déséquilibre







Heure solaire	Heure d'été	Heure d'hiver	Organe/ Méridien
3h - 5h	1h - 3h	2h - 4h	Poumon
5h- 7h	3h- 5h	4h - 6h	Gros Intestin
7h - 9h	5h - 7h	6h - 8h	Estomac
9h - 11h	7h - 9h	8h - 10h	Rate/ Pancréas
11h - 13h	9h - 11h	10h - 12h	Cœur
13h - 15h	11h - 13h	12h - 14h	Intestin grêle
15h – 17h	13h - 15h	14h - 16h	Vessie
17h - 19h	15h - 17h	16h - 18h	Reins
19h - 21h	17h - 19h	18h - 20h	Maître cœur
21h - 23h	19h - 21h	20h - 22h	Triple foyer
23h - 1h	21h - 23h	22h - 0h	Vésicule biliaire
1h- 3h	23h - 1h	0h - 2h	Foie

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

COMMENT REPÉRER SON TYPE?

- La représentation des différents types physiques et psychiques, associée aux Cinq Principes, est une trame d'identification de nos tendances dominantes et, à aucun moment, un déterminisme
- Il est très rare de se sentir concerné par un seul Principe. Dans 50% des cas environ, on se « retrouve » dans 2 types différents. Les 40% restant correspond à 3 types ou plus. Dans ce cas, la distinction s'avère plus difficile.
- Si nous correspondons à un Principe de façon dominante et structurelle, il est tout à fait possible qu'en fonction de situations particulières et momentanées, nous nous comportions selon un type différent.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DU POUMON

Biosphère:
Il permet d'absorber l'énergie « Chi », dont dépend l'activité vitale. Cette énergie provient de l'extérieur, notamment sous la forme de l'oxygène (mais pas uniquement), et elle est transformée dans le corps humain en Energie Vitale. Le rôle de cette énergie est de donner la force et la capacité de résistance aux agressions provenant du monde extérieur. Le Poumon fait donc « la balance » entre l'extérieur et l'intérieur. La circulation énergétique commence par le Poumon, du premier cri du nourrisson jusqu'au dernier soupir.
Il a la charge de l'énergie physique et il assiste le cœur en contrôlant l'énergie en provenance de l'air. Cette dernière, associée au sang, alimente les organes et les entrailles. De plus, le Poumon contrôle l'énergie grâce aux transformations qu'il dirige. En effet, pour pouvoir circuler partout dans le corps, l'Energie de la Terre (donc les aliments) doit se combiner avec l'Energie du Ciel (donc l'air) pour former « l'Energie Essentielle ». Il semble évident que si cette combinaison est mal dirigée, l'organisme sera mal « nourri ».
Sur le plan physiologique, ce méridien correspond à l'appareil respiratoire mais aussi à la peau, au nez, au système pileux. C'est le poumon qui régule l'équilibre thermique de ces zones et leur permet de se protéger, notamment des agressions climatiques.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, il correspond à « la volonté volontaire » (volontarisme), à la rigueur, à l'action déterminante sur les choses, mais aussi et surtout à l'intériorisation, prise dans le sens de la non-manifestation, du camouflage (armure). L'individu de type Poumon est un romantique. Il a même tendance à la mélancolie, voire à la dépression. Il s'agit d'un introverti, replié sur lui-même, qui donne souvent une apparence de flegme. C'est un conservateur, qui accepte difficilement le changement. Il aime bien organiser sa vie car il a horreur de l'imprévu. Prudent, économe et méticuleux, il peut avoir tendance à porter facilement des jugements assez tranchés. Il ne les exprime pas toujours, les gardant à l'intérieur. Fidèle et honnête, il essaie au maximum d'être juste. Ordonné et ayant une bonne mémoire, il a de grandes capacités d'analyse et de discernement.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Tigre. Le Tigre et né sous le double signe du courage et de l'indépendance de caractère. Né pour commander, il n'aime pas trop avoir à obéir. Donnant une impression de largeur de vue et de tolérance, il est en fait très personnel et même souvent dur. Son courage peut parfois aller jusqu'à l'inconscience car il a un très grand goût du risque. Il aime se mettre en avant et être « grand seigneur » sans trop se soucier du détail et peut, de ce fait, déplaire. Son caractère généreux et son honnêteté lui feront mériter le respect des autres. S'il sait saisir les occasions qui lui sont offertes, il réussit parfaitement. Comme l'animal, il a toujours son territoire et jardin secret, auxquels personne n'a accès.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DU GROS INTESTIN

Biosphère:
Le méridien du Gros Intestin, comme le méridien du Poumon don il est complémentaire, correspond au Métal et à l'Automne. Couplé avec ce méridien, il le seconde dans toutes ses fonctions. Il a la charge du transport et de l'élimination des déchets organiques et empêche ainsi la stagnation de l'énergie Chi. Il influence de ce fait toutes les excrétions de l'intérieur vers l'extérieur (ce qui explique sa relation avec le rein). S'il fonctionne mal, il y a alors des troubles d'évacuation dans tout le corps (poumon, peau, intestins, reins, vessie).
Sur les plans physiologiques et psychologiques, le Gros Intestin appartient au même principe que le Poumon. Il y a donc des correspondances communes entre eux (saison, couleur, saveur..), il existe aussi des différences notables que ce soit sur le plan organique ou sur le plan psychologique.

Psychologie:
Ce qui caractérise l'individu de type « Gros Intestin » sur le plan psychologique est son côté idéaliste. Sincère, intuitif, il est capable d'être sectaire. Impassible, méthodique, il est efficace tant dans son travail que dans sa vie privée. Flegmatique, il sait garder son calme en toute circonstances. Cela le rend d'humeur très égale.
Sa régularité et son efficacité en font quelqu'un d'apprécié car il sait aussi être discret. Mais sa rigueur peut le rendre rigide, voire dogmatique. S'il sait bien maîtriser ses émotions, il peut aussi avoir tendance à les étouffer, les empêcher d'exister. Assez conformiste, il peut être obstiné et risque de faire les choses en force par volontarisme.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Lièvre. Le Lièvre est né sous le double signe de la vertu et de la prudence. Il aime le calme et le confort discret et, de ce fait, reste peu enclin au changement. Doux et réservé, il est malgré tout assez enjôleur au point qu'il aime parfois briller et risque de paraître pédant. Intelligent et intuitif, il possède une bonne mémoire. Cependant, il risque de « perdre des occasions » car il manque d'esprit de décision et a tendance à hésiter. Malgré son apparence débonnaire, il n'est pas toujours équitable et sait être ombrageux. C'est en fait un « faux cool ». Aimant le faste, il peut être dépensier pour ses amis bien qu'il ne soit pas le symbole de la fidélité, notamment sur le plan sentimental.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DE L'ESTOMAC

Biosphère:
Le méridien d'Estomac correspond comme la Rate/ Pancréas dont il est complémentaire, à la Terre, à la fin de l'Eté. Son méridien correspond à l'estomac et au tube digestif entier. Il est en relation avec les mouvements des membres et avec la chaleur produite par le corps, car ceux-ci aident à un bon fonctionnement de l'estomac et du tube digestif. Ce méridien, qui est en rapport avec l'appétit, dirige aussi la formation du lait maternel, le fonctionnement des glandes génitales, des ovaires et des menstruations.
L'estomac est « la mère de l'énergie »: il reçoit l'Energie de la Terre, mûrit et pourrit cette nourriture par la digestion. L'Estomac est aussi appelé « la mer des cinq organes et des six entrailles » car la nourriture leur parvient grâce à lui (tout dysfonctionnement de sa part a des conséquences sur le corps entier). L'estomac gouverne la digestion, alors que la Rate/ Pancréas distribue et fait circuler, après sélection, cette énergie nutritive.
Sur le plan physiologique, ce méridien correspond, comme la Rate/ Pancréas, à la chair, aux tissus conjonctifs, à la masse musculaire, et se localise physiquement à la bouche et aux lèvres.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, il correspond à la pensée, à la mémoire, à la raison et au réalisme, à réflexion et aux soucis. L'individu de type « Estomac » est solide, imperturbable, bien dans son « assiette ». Doté d'une bonne Energie de l'Estomac, le sujet sera un excellent stratège, qui saura être entreprenant, concepteur, calculateur mais dans le bon sens du terme, c'est-à-dire qu'il préparera ses actions par une réflexion solide et profonde. Plutôt extraverti, l'individu de type « Estomac » est doté d'une bonne mémoire et a les pieds sur terre. Il sait être objectif et fait beaucoup appel au bon sens. Diplomate et opportuniste, il est peu conformiste et peut parfois pousser son besoin de liberté jusqu'au libertinage. Son axe référentiel privilégié est sa propre expérience. Actif, courtois, il a le sens pratique et est assez ambitieux. Sa mondanité et sa diplomatie lui permettent d'arriver à ses fins ave une certaine facilité.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Dragon. Le Dragon est né sous le signe de la chance. C'est un lutteur, au caractère décidé et plein de vie à qui tout peut réussir. Il se trouve rarement en accord avec ses « aînés » et ne suit que son jugement, souvent juste d'ailleurs. Socialement, il risque d'avoir quelques problèmes s'il n'arrondit pas les angles car il est assez infatué de lui-même et très « carré ». Très intelligent et doué pour tout, il et bon de prendre son avis en considération, mais son mépris de l'opinion des autres et sa précipitation peuvent lui faire commettre des fautes. Il manque de patience et de tolérance, mais s'il sait modérer ses tendances, il connaît une grande réussite.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DE LA RATE/ PANCRÉAS

Biosphère:
La Rate/ Pancréas correspond à la fin de l'Été, au principe de la Terre. Son méridien concerne les glandes de l'appareil digestif qui se trouvent dans la bouche, l'estomac, la vésicule biliaire, l'intestin grêle, ainsi que les glandes mammaire et les ovaires.
La Rate/ Pancréas est donc très attaché à la Terre, au Centre, car, de même que la Terre nourrit chaque chose, elle joue un rôle de pivot et distribue de façon permanente la nourriture à toutes les cellules. Les aliments ne sont pas directement assimilables par l'organisme: leur transformation en « essence » (assurée par la Rate/ Pancréas) leur permet de s'associer à l'énergie de l'air grâce au Poumon (l'oxygène présent dans le sang grâce aux poumons permet la combustion des sucres).
Les sucs digestifs de l'estomac sont contrôlés par la rate/ pancréas qui, la première, fait la distinction entre les aliments utiles et les aliments inutiles. Elle dirige également la transformation des liquides absorbés. Elle régule donc toute la nutrition et l'énergie du corps.
Sur le plan physiologique, ce méridien correspond à la chair, aux tissus conjonctifs, à la masse musculaire et se localise physiquement à la bouche et aux lèvres.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, il correspond comme l'Estomac, dont il est le méridien complémentaire, à la pensée, à la mémoire, à la raison, au réalisme, à la réflexion et aux soucis. L'individu de type Rate/ Pancréas est un individu dynamique lorsque son énergie est bonne. Il a des réflexes rapides et n'aime ni attendre ni perdre son temps. N'aimant pas rester assis, il peut entreprendre plusieurs choses à la fois. Il chercher toujours à aller de l'avant. Concepteur et travailleur, il a beaucoup d'idées et il les réalise avec efficacité car il sait se concentrer facilement.
Si l'énergie set insuffisante, il manque alors de dynamisme. Il aura tendance à laisser passer sa chance et à remettre souvent les choses au lendemain. Prenant tout son temps, il marche lentement et évite de se précipiter. De type plutôt calme et tranquille, le sujet va rechercher les opportunités et les appuis pour réussir. Disponible et conciliant, il se met rarement en colère.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Serpent. Le Serpent est né sous le signe de la Sagesse. Très intelligent et de caractère très stable, il aime organiser les choses. Il est très apprécié et considéré car il est de très haute moralité, même si elle est parfois excessive et que l'on en profite. C'est un penseur à la fois profond et intuitif, qui réfléchit beaucoup mais qui est cependant incapable d'écouter l'avis d'un autre. Calme, déterminé et têtu, il n'aime pas l'échec et peut parfois être méchant et jaloux dans son for intérieur. Très sociable, il sait se créer des relations, même si elles ne durent pas toujours du fait de l'entièreté de son caractère. Il aime la discussion et ne manque pas de courage. Il a souvent très bon goût et sait apprécier les bonnes choses.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DU CŒUR

Biosphère:
Le Cœur correspond au Feu, à l'Été. Son méridien aide à adapter les stimulations externes à la condition interne du corps. Il est lié à l'émotivité et contrôle la distribution du sang, tout en régularisant le fonctionnement de tout le corps par son action sur le cerveau et les cinq sens.
Il est le maître suprême des organes et du psychisme. Toute pensée ou toute conscience appartiennent au Cœur. Une relation très étroite existe entre le Cœur, le Maître Cœur et le cerveau Tout déséquilibre du Cœur rejaillit sur tous les autres méridiens. Il correspond au sang et régit le système vasculaire. Toute modification de la circulation sanguine signifie une modification équivalent de l'Energie du Cœur. Comme il est en relation avec la langue, il permet de distinguer les saveur.
Sur le plan physiologique, ce méridien correspond à la langue et aux vaisseaux sanguins, et se localise physiquement au front et au teint.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, il correspond à la conscience, à l'intelligence, à la passion, à l'éclat. L'individu de type « Cœur » est un bon vivant. Il aime inviter et recevoir des amis. Le cœur sur la main, il aime offrir, notamment à manger et à boire. IL sait « faire le joli cœur » et est d'ailleurs assez beau parleur. Son tempérament chaleureux le rend amical et serviable. Gai et généreux, il se fait facilement des amis. Il est passionné mais court el risque d'être « passionnel ». Il peut être excessif en tout si l'énergie du cœur est en excès et il ne sera plus guidé que par ses émotions.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Cheval. Le Cheval est né sous le double signe de l'élégance et de l'ardeur. Vif, rapide, il est gentil, mais parfois soupe au lait. Toujours en mouvement et parfois impatient, il adore les voyages, le changement, le monde et la vie facile. Il aime être toujours au premier plan, car il est assez fier. Très sociable, il se lie facilement. Bien qu'il aime rendre service, il tient assez peu compte de l'avis des autres. Il se montre très brillant et sait trouver les appuis qui lui permettent de réussir (plus par instinct que par intelligence). Il est totalement loyal et peut même être fragile lorsque cela touche aux sentiments, car il est capable de tous les sacrifices.
C'est un véritable tribun qui peut mener les foules mais il se laisse parfois entraîner par son éloquence.? Il a la mauvaise habitude de trop parler et de ne pas savoir garder un secret. Parfois opportuniste ou vantard, il est suffisamment ambitieux pour réussir s'il domine ses passions.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DE L'INTESTIN GRÊLE

Biosphère:
L'Intestin Grêle correspond, comme le Cœur dont il est le complémentaire, au Feu, à l'Eté. Il assure la transformation des aliments digérés et il et chargé de leur assimilation en contrôlant le=a séparation entre les aliments « purs », dirigés vers la rate/ pancréas, et les aliments « impurs », dirigés vers le gros intestin et vers la vessie.
Il fait donc passer dans l'organisme la nourriture élaborée et en assure l'assimilation sur tous les plants (au niveau psychique, l'Intestin Grêle gère la personnalisation des informations reçues ce qui, en excès peut conduire l'individu à la subjectivité). Ces transformations nécessitent beaucoup de chaleur et c'est pourquoi le point le plus de l'organisme se situe au niveau de l'intestin grêle.
Sur le plan physiologique, ce méridien correspond, comme le Cœur, à la langue et aux vaisseaux sanguins, et se localise physiquement au front et au teint.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, il correspond comme le Cœur à la conscience, à l'intelligence, à la passion, à l'éclat. L'individu de type « Intestin Grêle » est heureux de vivre, joyeux. Intelligent, résistant, fort, il supporte sans trop de problème les chocs et la fatigue. Cette solidité le rend entreprenant mais aussi parfois présomptueux, voire arrogant, par excès d'enthousiasme. Serviable, intelligent, son ambition et son caractère brillant lui permettent de réussir s'il gère son arrogance et sa subjectivité. L'insuffisance d'énergie chez le sujet fait qu'il a de la difficulté à supporter le chocs e la fatigue. Il pleure facilement et a des remords pour la moindre chose.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est la Chèvre. La Chèvre est née sous le signe de l'art. De nature dépendant, elle est de caractère doux et facile, et s'adapte aisément, en toute circonstance. Elle a l'esprit filial. Intuitive, pleine de finesse, elle a beaucoup de goût et de sens artistique. Minutieuse et perfectionniste, elle manque parfois de méthode et peut être attirée par les domaines de la religion et de la piété. Peu responsable, elle a peur des initiatives mais, si cela s'avère nécessaire, elle peut prendre la direction d'une affaire car elle a beaucoup de volonté et d'esprit d'économie. Par amour de sa tranquillité, elle pardonne facilement, mais n'aime pas reconnaître ses torts au point d'être parfois de mauvaise foi. Il est bon qu'elle domine sa fantaisie et sa désinvolture

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DE LA VESSIE

Biosphère:
La vessie correspond à l'Eau et à l'Hiver, comme le Rein dont elle est le complémentaire. Elle est liée à tout l'appareil urinaire ainsi qu'à l'hypophyse et au système nerveux autonome qui collaborant à la sécrétion des reins. Elle rejette l'urine, produit final de la purification des liquides du corps. C'est la phase finale de la transformation des énergies, les urines étant les liquides impurs en excès dans le corps. LA vessie est donc couplée au rein car c'est lui qui dirige la sécrétion des urines.
Sur le plan physiologique, ce Meriden correspond, comme le Rein,) l'os, à la moelle, aux oreilles. Sur le plan psychologique, il correspond à la sévérité, à la fécondité, à la rigueur, à la décision et au sens de l'écoute.

Psychologie:
L'individu de type « Vessie » est autoritaire mais noble et droit. Empreint d'une certaine dignité et d'une certaine classe, il sait être généreux et passionné. Capable de se sacrifier au maximum pour réaliser ses idéaux, il ne fait confiance qu'à lui-même. Il a, de ce fait, souvent le sentiment d'être isolé et peut même avoir peur d'être trahi.
Les traversées du désert seront sans doute nombreuses. Le sujet peut être téméraire si l'énergie est excessive et même être extravagant et agité.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Singe. Le Singe est né sous le signe de la fantaisie. Animé d'un complexe de supériorité certain, il apprécie l'humour mais pas à ses dépens. Il est vif, actif, agile et aime la discussion, la lutte, la concurrence Bien que très personnel, il sait faire preuve de diplomatie grâce à son esprit inventif et à un doigté certain.
Il aime plastronner et que l'on parle de lui au point qu'il ne recule pas devant le mensonge ou le temps perdu à cela. Il est souvent cultivé et fait preuve d'une grande soif de connaissance. Intelligent et lucide, il ne peut que réussir s'il domine ses travers, notamment son inconstance et son instabilité.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DU REIN

Biosphère:
La Reins correspondent à l'Eau, à l'Hiver. Ils contrôlent la composition et la sécrétion des liquides internes dont dépend l'Energie Vitale et ils commandent le système de défense contre le stress. Ils règlent aussi le taux d'acidité et la quantité de toxines par leur mécanisme de purification. Ils dirigent enfin la glande surrénale gauche, pour la formation de l'urine, et la glande surrénale droite, pour les sécrétions surrénales.
Les Reins ont la charge du stockage de l'Eau et de « l'Energie Essentielle » non stockée dans chacun des autres organes pour ses propres besoins. En effet, chaque méridien a un stock d'énergie propre qui lui permet de répondre à un besoin ponctuel (comme par exemple un effort physique). Il n'est en revanche pas à même de répondre à une sollicitation longue ou violente. De ce fait, en cas de besoin, ce sont les Rein qui lui procure l'énergie nécessaire.
Les reins ont la base même de l'équilibre Yin/Yang de l'Energie car la vie dépend de la combinaison de l'Eau et du Feu des reins. Le rein gauche est en effet à dominante Yang/Feu alors que le rein droit est à dominante Yin/Eau. Ils ont donc à la base même de la « force vitale » et participent notamment à l'énergie reproductrice (fécondité du sperme et des ovules).
Sur le plan physiologique, ce méridien correspond aux os, à la moelle osseuse, aux oreilles.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, il correspond à la sévérité, , à la fécondité, à la rigueur, à la décision et au sens de l'écoute. L'individu de type Rein est autoritaire et courageux lorsque l'énergie Yang est forte. Courageux, il set alors entreprenant, voire téméraire.? Il sait

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Coq. Le Singe est né sous le signe de la franchise. Très intelligent, vif, doté d'une excellente mémoire, il peut être un penseur et sait intéresser même s'il manque un peu de personnalité.? Très au-dessus du « commun des mortels », il aime paraître et apprécie le faste et les orties. Il est au fond assez vaniteux, mais son brillant lui assurera le concours des autres. Il et généreux et capable de beaucoup d'amitié. Très sûr de lui, il est pourtant préoccupé et inquiet. A force de volonté, il réussit lorsqu'il dompte son caractère changeant.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DU MAÎTRE CŒUR

Biosphère:
Le Maître Cœur est considéré comme un organe et est associé au cœur dont il reprend les correspondances avec le Principe Feu et de l'Eté. Il assiste le Meriden Cœur, en contrôlant le système circulatoire central et règle ainsi, par la circulation, la nutrition du corps. Toutes les relation du cœur avec es autres organes transitent d'bord par le Maître Cœur (aidé du Triple Foyer) qui va tendre à les équilibrer. Son rôle est de transmettre à tout le corps les ordres du cœur dont il est, in fine, le porte-parole.
Suer le plan physiologique, le Maître Cœur est lié aux vaisseaux sanguins pour leur structure, au myocarde et au péricarde mais également au cerveau par son action importante sur le psychisme et la qualité du mental.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, il correspond à la joie, au plaisir et au bonheur. L'individu de type « Maître Cœur » est d'une nature sentimentale. Sensible, intuitif, il est plutôt joyeux et porté sur la bonne vie (la bonne chair, la fête). Il attache une grande importance à la sexualité. Aimant s'amuser, se divertir et faire l'amour, c'est également un esthète dans l'âme qui apprécie las arts, tels la musique, la peinture, la littérature ou le cinéma. S'il est dominé par son énergie Yang, le sujet a des transpirations de type émotif et est nerveux, sensible. Il parle alors beaucoup pour clamer cette nervosité. Sujet aux rougeurs sur le visage, son émotivité exagérée peut le rendre irritable t instable. SI son énergie Yang est insuffisante, au contraire, l'individu « Maître Cœur » est alors plus passif et manque d'enthousiasme. Accordant moins d'importance à la sexualité, ses rapports avec les autres sont plus idéalisés, voire romantiques.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Chien. Le Chien est né sous le double signe de la loyauté et de l'inquiétude. Extrêmement attaché aux rites, il a une très grande honnêteté et un profond sens moral. Actif et travailleur, il inspire confiance à ses « aînées et bénéficie de l'estime générale. Lutteur, intelligent, rapide dans ses jugements, il peut réussir dans le commerce. Opiniâtre, intuitif, il sait écouter. Lucide, il pressent les dangers tout en ayant tendance à les exagérer, ce qui explique son inquiétude et sa difficulté au bonheur. Il est chaleureux et ambitieux. Et même s'il est dépensier, il sait toujours où il en est.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DU TRIPLE FOYER

Biosphère:
Le Triple Foyer est considéré comme une viscère et un complément du Maître Cœur. Comme ce dernier reprend les éléments taoïstes du Cœur, le Triple Foyer reprend, quant à lui, les éléments de l'Intestin Grêle. Il correspond donc au Feu, à l'Eté. Il seconde le méridien de l'Intestin Grêle et équilibre l'Energie donnée par le Maître Cœur. Il agit sur la circulation capillaire et protège le corps par le système lymphatique, tout en ayant une action particulière sur les membranes séreuses (en particulier en ce qui concerne les œdèmes). Ainsi que son nom l'indique, il a un rapport important avec la chaleur et il se compose de trois plans complémentaires, le Triple Foyer supérieur, le Triple Foyer moyen et le Triple Foyer inférieur.
Le Triple Foyer supérieur concentre le transport du sang, de l'énergie et des liquides aux muscles, à la peau et aux viscères. Il représente « La Mer de l'énergie » car c'est à son niveau que se rencontrent puis circulent les Energies du Ciel et de la Terre.
Le Triple Foyer moyen concerne la digestion, l'assimilation et l'excrétion des aliments grâce à la Rate/Pancréas, l'Estomac et aux Intestins. Le Triple Foyer inférieur concerne la régulation et aussi l'élimination des liquides organiques grâce à la vessie et au rein. Il est également le lie de concentration de l'Energie Ancestrale , qui participe à toutes les opérations en réchauffant et en stimulant la Rate/ Pancréas lors de la digestion.
Le Triple Foyer contrôle en fait « l'atmosphère » dans laquelle travaillent tous les viscères et il règle la chaleur interne.
Sur le plan physiologique, les trois plans du Triple Foyer correspondent chacun à un niveau différent du corps. Le Triple Foyer supérieur correspond à la partie du buste au-dessus du diaphragme (poitrine), le Triple Foyer moyen correspond à la partie du ventre située entre le diaphragme et le nombril, et enfin le Triple Foyer inférieur correspond à la partie du ventre située au-dessous du nombril.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, l'individu de type « Triple Foyer » est d'une nature enthousiaste et entreprenante. Dynamique, cordial, optimiste, il est capable de réussite car il aime aller de l'avant. Aimant l'action, il risque malgré tout de ne pas aller jusqu'au bout car il est assez peu ordonné. D'autre part, son tempérament généreux, voire intrépide, peut le rendre agressif si ce n'est belliqueux. L'insuffisance d'énergie le rend apathique, l manque d'entrain et peu de joie peut s'accompagner d'une faiblesse des capacités intellectuelles et d'une certaine frilosité. En cas d'excès, le sujet sera au contraire irritable, agressif. Agité, surexcité, il pourrait aller jusqu'à la cirse d'hystérie.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Cochon. Le Cochon est né sous le signe de l'honnêteté. Incapable de dissimulation, il va toujours droit au but. Il mérite la confiance car son cœur est pur et sans malice, mais de ce fait on peut le tromper facilement. Il est scrupuleux et aime prendre seul ses initiatives car il est peu enclin la vie sociale. D'apparence calme et stable, il est au fond très volontaire et obstiné, et sa réputation ne lui importe guère. Il a tendance aimer l'argent et la discussion. Mais il est parfois mauvaise langue et se trompe souvent. Il est loin d'être bête amis son argumentation est faible. Crédule et pourtant soupçonneux, il est malgré tout tolérant car il déteste la dispute.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DE LA VÉSICULE BILIAIRE

Biosphère:
La Vésicule Biliaire, comme le Foie dont elle est le complémentaire, correspond au Bois, au Printemps. Elle répartit les éléments nutritifs et régularise l'équilibre énergétique dans tout le corps. Elle dirige les sécrétions des glandes du tube digestif comme la salive, la bile, les sucs gastriques pancréatiques et duodénal.
Elle contrôle la répartition harmonieuse et « juste » des éléments nutritifs et travaille en étroite collaboration avec le foie qui lui fournit les élément de base pour sa répartition. C'est pourquoi il est essentielle que l'Energie du couple Foie/ Vésicule Biliaire soit équilibrée. Grâce à sa nature, la Vésicule participe à l'attitude générale du mental et des organes sur les plant du « moral ». Si elle est équilibrée, le sujet saura toujours faire face et aura l'énergie et le courage pour résister. SI elle n'est pas suffisamment équilibrée, le moral est atteint et l'id »e de la défaite qui s'installe, créé le terrain favorable pour qu'elle se produise réellement.
Sur le plant physiologique, ce méridien correspond, comme le Foie, aux yeux, aux muscles et aux ongles.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, il correspond à la justice, au courage, à l'harmonie, à la pureté. l'individu de type «Vésicule Biliaire » est d'une nature combative et audacieuse. Il raisonne principalement en termes de trot ou de raison, ce qui l'amène à être souvent confronté à l'injustice. Le regard franc et direct, il dégage une expression décidée et même accueillante.
Souvent sujet à la migraine, il ne supporte pas d'avoir tort, ce qui peut le rendre colérique, vindicatif, voire belliqueux. Très intuitif, il est actif et travailleur allant jusqu'à être méticuleux et même parfois manique. Ses exigences de qualité ne lui rendent pas toujours la vie facile et sont souvent à la base de son insatisfaction. Sensible, émotif, son caractère entier peut l'amener à des actes irréfléchis qui peuvent lui porter préjudice.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Rat. Le Rat est né sous le signe du charme, mais sous cette apparence calme se cache une certaine agressivité. Assez renfermé, il garde pour lui ses pensées et ses sentiments réels. Intellectuel à l'esprit vif, il possède un sens critique assez poussé. Il est très méticuleux, ce qui peut l'amener parfois à s'attacher plus au détail qu'à l'essentiel. Il use de son charme et sait au maximum profiter de ses amis, allant parfois jusqu'à être quelqu'un d'intéressé. Il foisonne d'idées, mais n'en réalise que très peu par manque de courage. S'il parvient à corriger cette tendance, arrivé à maturité, il réalisera de très bonnes choses. Malgré sa tendance excessive à l'économie, il ne sait pas se priver. Quand il aime, il est capable de se dévouer corps et âme. Il est bon conseiller, bien que sa propre vie n'en soit pas toujours la preuve. Il porte chance à ses amis qui ne peuvent que bénéficier de sa présence et de ses avis.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

MÉRIDIEN DU FOIE

Biosphère:
Le Foie correspond au Bois, au Printemps. Il permet le stockage des éléments nutritifs et régule ainsi l'énergie nécessaire à l'activité générale. Il détermine la capacité de résistance à la maladie en débloquant, en cas d'agression de la maladie, l'énergie nécessaire aux mécanismes de défense. Il joue enfin un rôle important dans l'alimentation, la décomposition et la désintoxication du sang.
C'est par sa relation étroite avec le sang qu'il peut jouer un rôle aussi important dans le processus immunitaire. C'est lui qui régule la production de sang ainsi que sa composition. Il draine les toxines, règle la coagulation et régularise le métabolisme et les mutations internes. C'est lui enfin qui détermine la quantité générale de l'énergie.
Sur le plan physiologique, le Foie correspond aux yeux, aux muscles, aux tendons et aux ongles.

Psychologie:
Sur le plan psychologique, il correspond à la perception, à l'imagination, à la création, à l'harmonie. L'individu de type « Foie » est d'une nature sensible et combative. Parfois assez nerveux et même excité, il est au fond anxieux, voire parfois angoissé. Tenace, perspicace et intuitif, il mène ses projets à bien. Il est cependant impulsif, lunatique et pressé d'obtenir ce qu'il veut. Ceci l'amène à être colérique lorsque les événements ne se déroulent pas comme ils étaient prévus. Son instabilité caractérielle lui donne une fragilité certaine et il lui est difficile d'être serein.

Zodiaque chinois:
Son animal zodiacal chinois est le Buffle. Le Buffle est né sous le double signe de l'équilibre e de la ténacité. Très sincère il fait preuve de beaucoup de patience mais aussi d'obstination, ce qui l'amène parfois jusqu'à l'entêtement. Il est assez épris de solitude et n'est pas toujours doué pour la vie sociale. Tatillon et méfiant il a peu de vrais amis mais il leur est très fidèle. Intelligent, c'est un esprit original qui sait être extrêmement actif et diligent. Il peut même devenir, s'il est motivé, un meneur d'hommes car il inspire confiance. Chaleureux et solide, on peut compter sur lui. Peu expansif et très indépendant, il reste respectueux des convention, même s'il n'aime pas l'échec.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

LES 2 MERVEILLEUX VAISSEAUX ET LEUR SYMBOLIQUE

Les méridien Conception et Gouverneur sont des méridiens non organiques, c'est-à-dire qu'ils ne sont pas associés directement à un organe, comme les 12 méridiens « réguliers » que nous venons d'étudier.

Ces 2 méridiens font partie des « Merveilleux vaisseaux » - appelés également « méridiens curieux », ils sont au nombre de 8 et sont chargés d'absorber les excès d'énergie et de Yin/Yang dans les 12 méridiens principaux. Ils exercent par ailleurs un contrôle permanent sur les organes et les viscères.

Les méridiens Conception et Gouverneur sont les 2 méridiens représentatifs du Yin et du Yang, dans le corps et au niveau énergétique. Tous les deux sont exceptionnels car ils se trouvent dans l'axe du corps.

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

LE MÉRIDIEN CONCEPTION

Biosphère
Le méridien Conception est le méridien Yin. Au niveau physiologique, il gère out ce qui concerne les « profondeurs » de l'organisme et de l'être humain. Il permet de tonifier le Chi et de calmer les organes majeurs. Il équilibre par conséquent les Reins, les Poumons et le Cœur. Il équilibre également la Rate et, en cela, il est le méridien qui « harmonise le centre » et le diaphragme. Lieu de positionnement du hara (bien connu des arts martiaux et situé à trois largeurs de doigts sous le nombril), il redonne le sens du placement de soi (espace et image de soi) et de l'équilibre du corps. En tant que méridien Yin, il participe enfin à la gestion de tout ce qui touche à l'abdomen, systèmes digestif et gynécologique compris.

Physiologie
Sur le plan physiologique, nous sommes également au niveau du Yin: ce méridien a la charge de tout ce qui touche au féminin, à la féminité au sens large: sens de l'écoute, capacité à recevoir et à accepter les choses, non-action et calme sont autant de domaines représentatifs de ce sens du Yin. La capacité à faire la paix ou à être en paix, la capacité d'accueil des événements et la fécondité intérieure sont gérées par ce méridien, notamment à travers les relations qu'il entretient avec la plupart des méridiens organiques Yin ainsi qu'avec celui du Triple Foyer (du fait de son rôle dans l'assimilation des événements).

Signe zodiacal chinois
Son symbole zodiacal chinois est celui de la Lune. Son métal est l'argent. Nous sommes ici dans les symboliques nocturne et maternelle. Le rapport aux sentiments et aux émotions est important. Les profondeurs du psychisme, jusqu'au concept freudien de l'inconscient, sont symbolisées par cette Energie de la Lune. L'image, la perception du féminin et de la mère, réelle ou symbolique, l'idée de la maternité, font partie intégrante des éléments associés à la Lune.
L'individu lunaire est par conséquent un rêveur, idéaliste et introverti, plein de douceur et de langueur, chez qui la beauté et la valeur affective l'emportent sur le caractère matériel. Pacifique et tendre, il cherche le calme et la paix intérieurs et extérieurs, qu'il retrouve avec plaisir dans la tranquillité de la nuit.
Nous sommes en présence d'un individu dont le rapport à la vie est principalement marqué par l'énergie de la mère

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

LE MÉRIDIEN GOUVERNEUR

Biosphère
Le méridien Gouverneur est le méridien Yang. Au niveau physiologique, il gère tout ce qui concerne la tenue du cors et son rapport à l'extérieur. La tenue et la rectitude du dos, la bonne tenue posturale dépendent de lui. Le méridien Gouverneur est l'axe du Yang. Il est par conséquent le méridien dont dépend le potentiel, la tonicité de la vie. Il gère le Yang, le Feu des reins (l'adrénaline, noradrénaline par exemple) et, de ce fait, a la charge de la chaleur du corps. Son rapport privilégié au Yang fait qu'il gère la clarté de l'esprit, du cerveau, des idées. Nous sommes ici en présence du méridien qui met en rapport avec le Ciel. C'est sur son trajet que se situent les points fondamentaux qui permettent à l'équilibrer le rapport au sommeil, de gérer les maladies mentales et les états dépressifs.

Physiologie
Sur le plan physiologique, nous sommes également au niveau du Yang. Ce méridien a la charge de tout ce qui touche au masculin, à la masculinité au sens large. Ses de l'action, capacité à l'agressivité dans tous les sens du terme, caractère guerrier appartiennent au méridien Gouverneur. Nous avons vu qu'il nous met en rapport avec le Ciel. Il est par conséquent le méridien du rapport au spirituel, au désir d'élévation. De la même manière qu'il gère la rectitude du corps, il gère celle de l'esprit. Un grand maître d'Aïkido disait d'ailleurs souvent à ses élèves: « Soyez droits et la tête haute et petit à petit votre esprit sera élevé »

Signe zodiacal chinois
Son symbole zodiacal chinois est celui du Soleil. Son métal est l'or. Nous sommes ici dans les symboliques diurne et paternelle. Le rapport à la force et à la démonstration par l'action sont importants. La maîtrise et la gestion du monde extérieur sont importantes et symbolisées par cette Energie du Soleil. L'image, la perception du masculin et du père, réelle ou symbolique, l'idée de la paternité et de l'autorité, font partie intégrante des éléments associés au Soleil.
L'individu solaire est par conséquent un lutteur, combatif et extraverti, plein d'énergie, dynamique et actif, chez qui l'action, la compétition et la valeur démontrées l'emportent sur la subtilité. Généreux et parfois un peu brutal, il cherche l'animation et la vie, intérieures et extérieures, qu'il retrouve avec plaisir dans l'agitation du jour.
Nous sommes en présence d'un individu dont le rapport à la vie est principalement marqué par l'image du père

D'après *La Phyto-énergétique* de M. Odoul et E. Miles

APPROCHES SUBTILES ENTRE L'ORIENT ET L'OCCIDENT

La bioélectronique, d'après le Pr. Claude Vincent

ECHANGES ÉLECTROMAGNÉTIQUES PROPRES À CHAQUE MILIEU

Libérateur d'électrons
=> Crée une charge négative

FROID

Force de conservation
H+ ↑
e- ↓

Force de dégradation
H+↓
e- ↓

Force vitale
H+ ↑
e- ↑

Force de putréfaction
H+↓
e- ↑

CHAUD

Capteur d'électrons
=> Crée une charge positive

Les huiles essentielles sont obtenues par distillation (procédé d'entraînement à la vapeur d'eau). Elles sont constituées de molécules dont la base est constituée de plus de 20 atomes de carbones (les molécules les plus courantes sont constituées de 10 atomes de carbone).

Hydrosolubilité et volatilité:
Ces limites sont dues à deux caractéristiques des molécules aromatiques: l'hydrosolubilité et la volatilité.
Les molécules à faible nombre de carbone sont très volatiles mais également hydrosolubles, surtout si elles possèdent un atome oxygène. Elles demeurent donc dans l'hydrolat aromatique (eau florale) lors de la distillation.
Par contre, les molécules à nombre élevé d'atomes de carbone sont très peu volatiles, ce sont surtout des composants de résines.
(Cf. La Nouvelle Aromathérapie de P.Mailebiau)

H+ = hydrogène H+↓ = faible hydrosolubilité (partie droite du référentiel électrique) = molécules apolaires.

FORMULES CHIMIQUES

	Molécules aromatiques	Formules chimiques	Exemples, remarques
A	Aldéhydes		Composants à nombre de carbone inférieur à 10*
B	Cétones	$C_nH_{2n}O$	Composants à nombre de carbone inférieur à 10*
C	Esters		Composants à nombre de carbone inférieur à 10*
D	Sesquiterpènes, Diterpènes, Azulènes	$C_{15}H_{24}$-OH	
E	Coumarines	$C_9H_6O_2$	Composants à nombre de carbone inférieur à 10*
F	Sesquiterpénols	$C_{15}H_{24}OH$	
G	Acides		Composants à nombre de carbone inférieur à 10*
H	Aldéhydes aromatiques	—CHO	
I	Phénols	$C_6H_{15}OH$	Composants à nombre de carbone inférieur à 10*
J	Monoterpénols	$C_{10}H_{16}OH$	
K	Oxydes		
L	Phénols Méthyl-Ethers		Composants à nombre de carbone inférieur à 10*
M	Monoterpènes	$C_{10}H_{16}$	
N	Hydrocarbures		Composants à nombre de carbone inférieur à 10*
	Diterpènes	$C_{20}H_{32}$	
	Sesterpène	C_{25}	
	Triterpènes	$C_{30}H_{48}$	
	Tetraterpènes	$C_{40}H_{64}$	Ex. le carotène, important pigment de la photosynthèse végétale
	Polymère		caoutchouc naturel
	Alcool	$C_nH_{2n+1}OH$	Composants à nombre de carbone inférieur à 10*

* Ces composés hydrosolubles se retrouvent surtout dans les hydrolats et en faible quantité dans les HE sauf les hydrocarbures

En fonction du nombre entier (n) d'unités pantacarbonées (C5) ramifiées

Le nombre d'atomes de la chaîne carbonnée est indiqué par les préfixes méth- (1), éth- (2), prop- (3), but- (4), pent- (5), hex- (6), hept- (7), oct- (8), non- (9), déc- (10)

C = Carbonne, H = Hydrogène, O = Oxygène, OH = Fonction Alcool

FROID

Milieu oxydant

CALMANTS & RELAXANT

Force de conservation
H+ ↑
e- ↓

Force de dégradation
H+↓
e- ↓

Les molécules à nombre de carbone (C) inférieur à 10 sont très hydrosolubles et volatiles contrairement aux molécules contenant plus de 10 atomes de carbone.

Molécules hydrophiles

HUMIDE

A
Aldéhydes
C<10

B
Cétones
C<10

C
Esters
C<10

D
Sesquiterpènes
polyinsaturés
C=15

SEC

Molécules hydrophobes

E
Coumarines &
Lactones
C<10

F
Sesquiterpénols
C15 et C=2?

Aldéhydes
aromatiques

Acides
C<10

I

I
Phén
ols
C<10

J
Monont
erpénol
s
C=10

K
Oxydes
C =15

L
Phénols
ME
C<10

M
Monoterpènes
C = 10

I Hydrocarbures
C<10

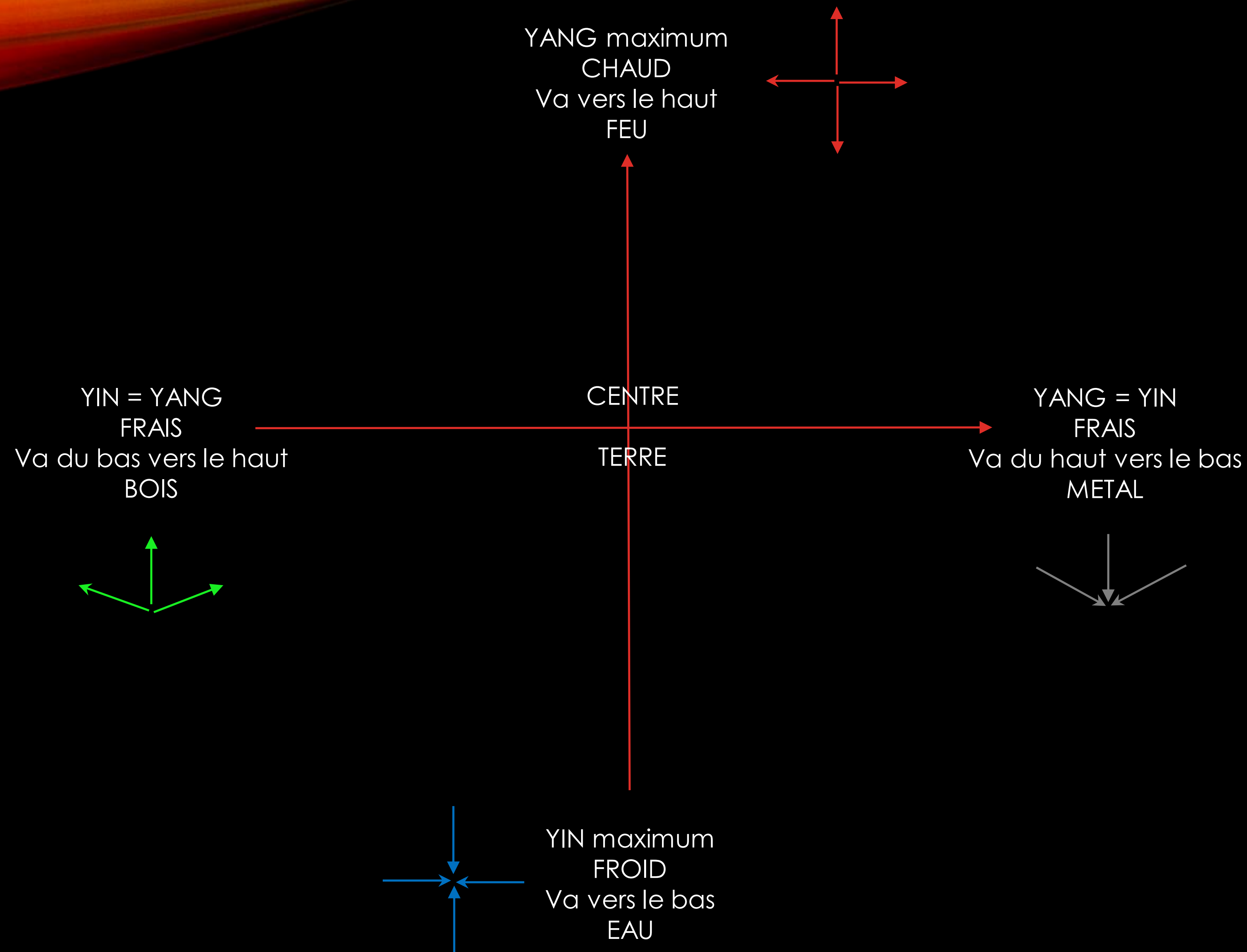
Force vitale
H+ ↑
e- ↑

Force de putréfaction
H+↓
e- ↑

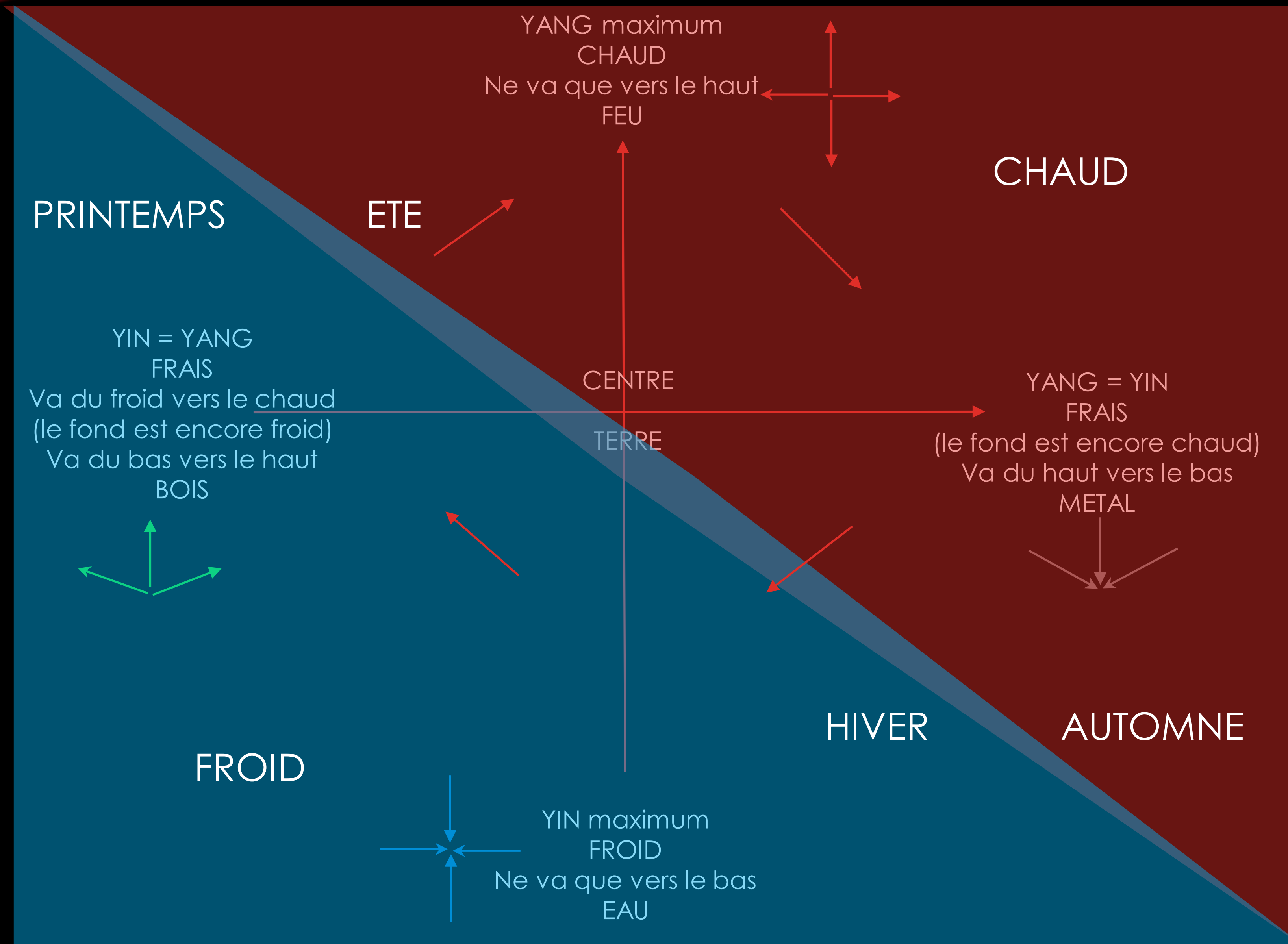
Milieu réducteur

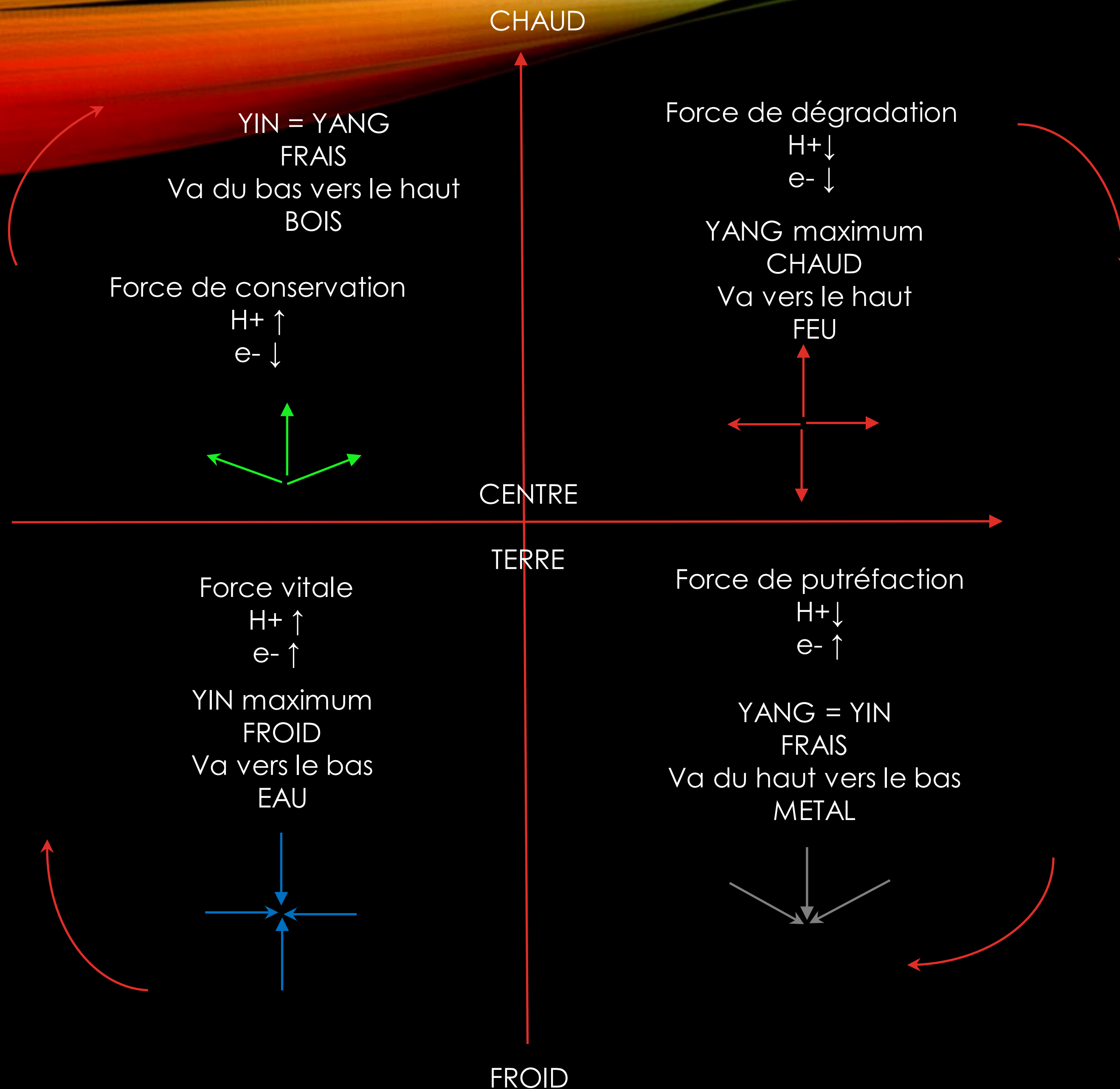
CHAUD

Référentiel électrique d'après *l'Aromathérapie exactement* de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël croisé avec le référentiel de *La Phyto énergétique* de M. Odoul et E. Miles


YANG maximum
CHAUD
Va vers le haut
FEU
YIN = YANG
FRAIS
Va du bas vers le haut
BOIS
CENTRE
TERRE
YANG = YIN
FRAIS
Va du haut vers le bas
METAL
YIN maximum
FROID
Va vers le bas
EAU

POSITIONNEMENT SELON LES 5 PRINCIPES





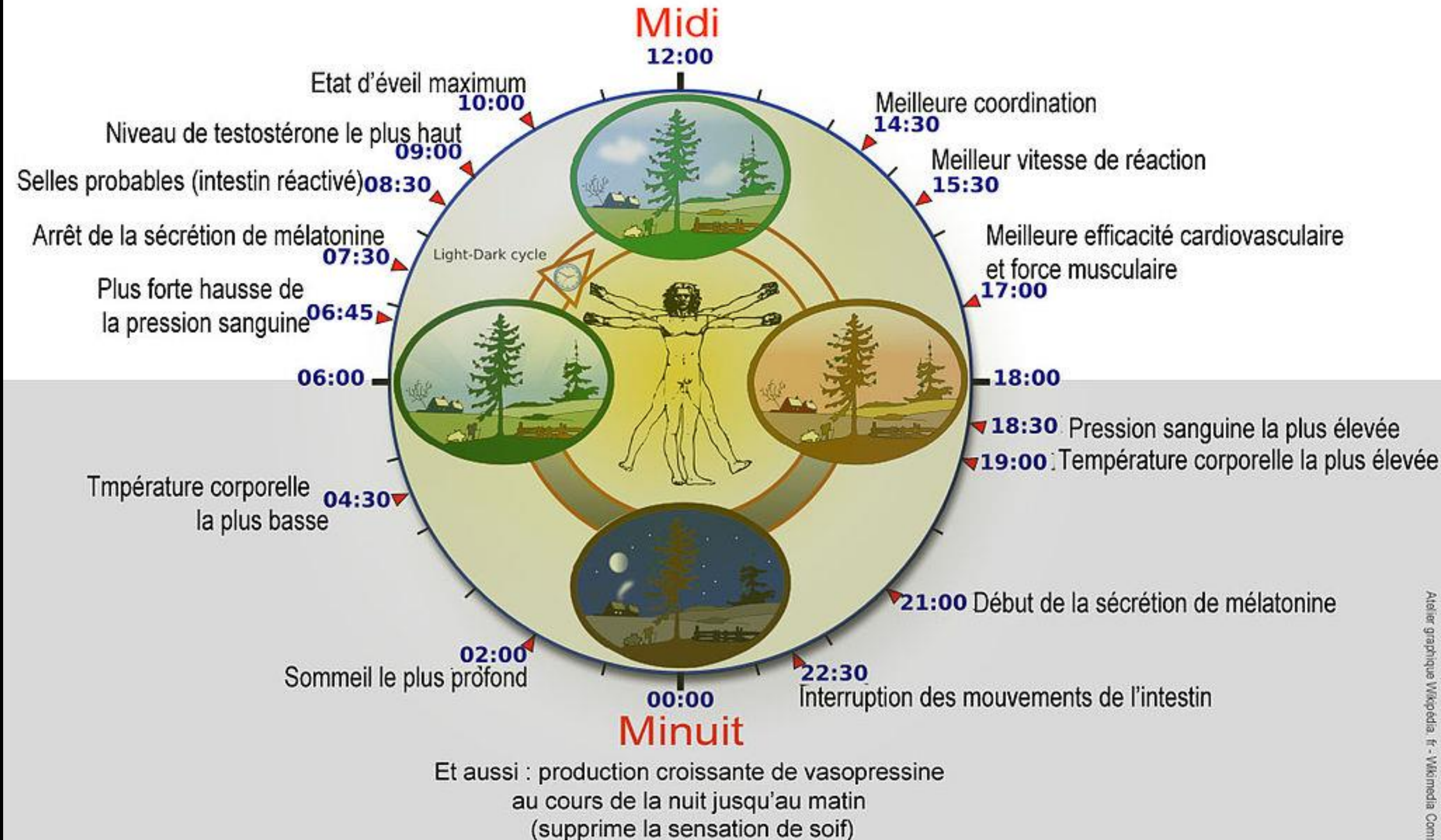
En Occident, le Nord se situe en haut de la carte et le Sud en bas.
La référence est le positionnement géographique, le visible, le perceptible

APPROCHE COMPLÉMENTAIRE TAO ET ÉMOTIONS

D'après sciencetradition.forumactif.com

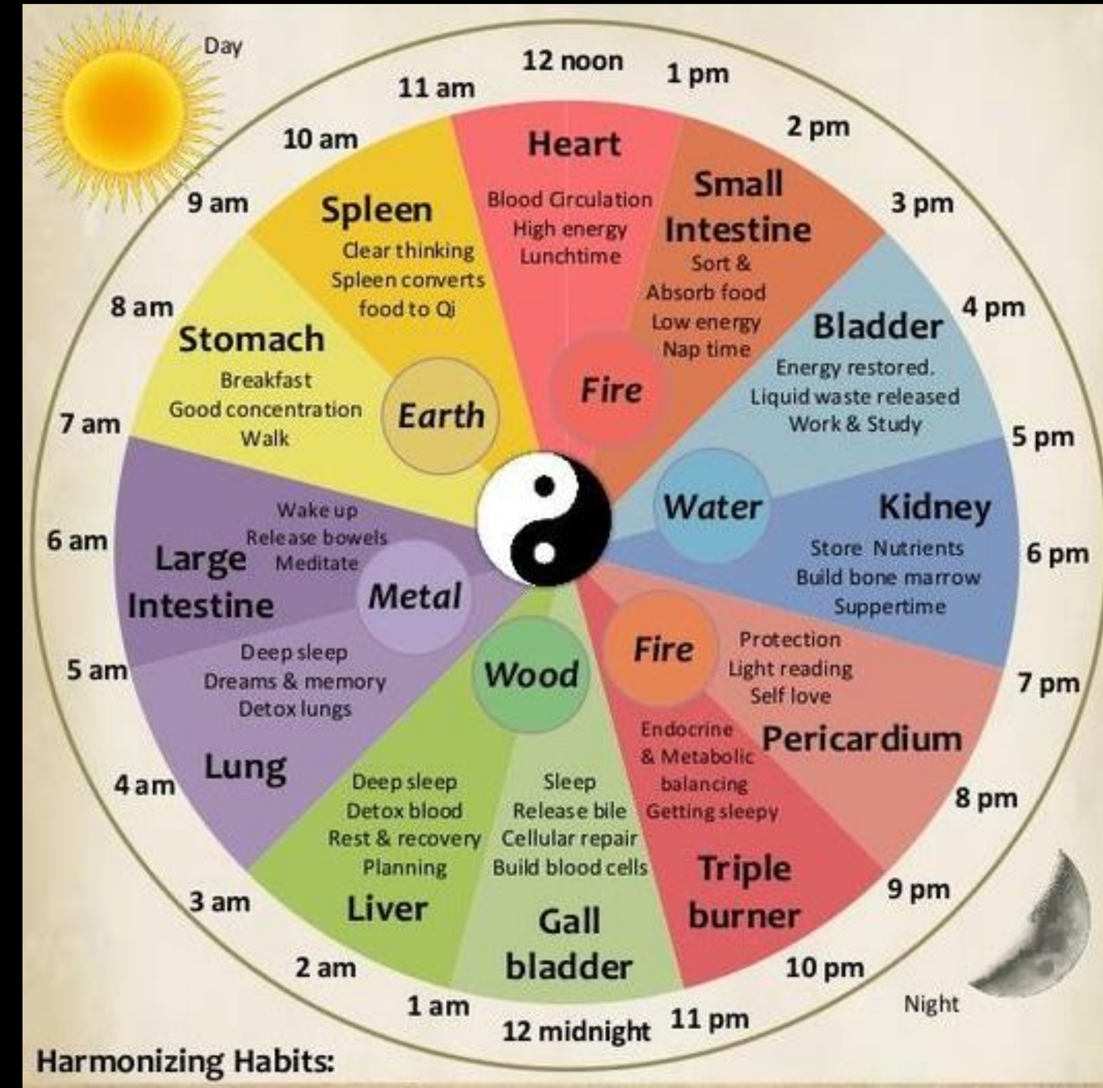
HORLOGE CIRCADIENNE

Heure solaire	Heure d'été	Heure d'hiver
3h - 5h	1h - 3h	2h - 4h
5h- 7h	3h- 5h	4h - 6h
7h - 9h	5h - 7h	6h - 8h
9h - 11h	7h - 9h	8h - 10h
11h - 13h	9h - 11h	10h - 12h
13h - 15h	11h - 13h	12h - 14h
15h – 17h	13h - 15h	14h - 16h
17h - 19h	15h - 17h	16h - 18h
19h - 21h	17h - 19h	18h - 20h
21h - 23h	19h - 21h	20h - 22h
23h - 1h	21h - 23h	22h - 0h
1h- 3h	23h - 1h	0h - 2h

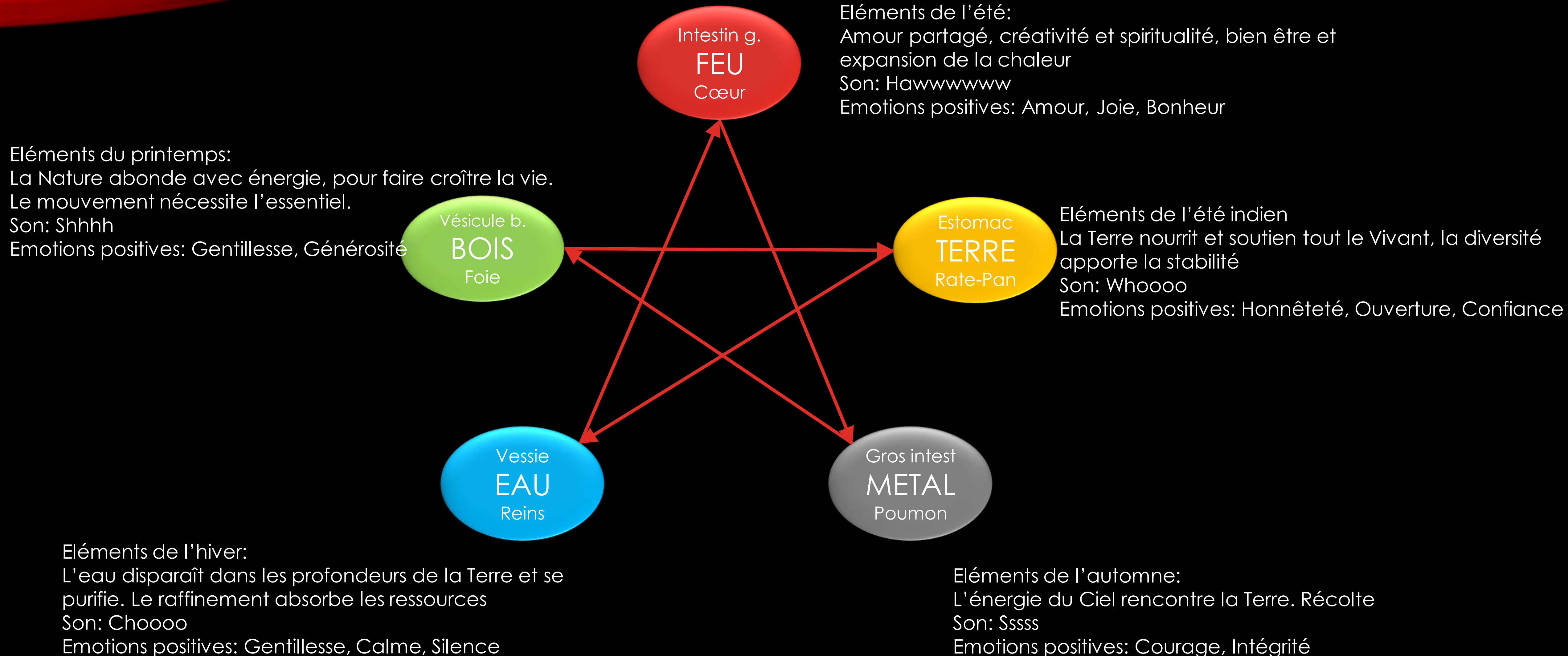


HORLOGE CIRCADIENNE DANS LA MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

Heure solaire	Heure d'été	Heure d'hiver	Organe/ Méridien	Rituels d'harmonisation
3h - 5h	1h - 3h	2h - 4h	Poumon	Sommeil profond, détoxification des Poumons
5h- 7h	3h- 5h	4h - 6h	Gros intestin	Lever, motricité de l'intestin, méditation
7h - 9h	5h - 7h	6h - 8h	Estomac	Sexualité, petit déjeuner, marche, digestion
9h - 11h	7h - 9h	8h - 10h	Rate/ Pancréas	Travail, concentration optimale
11h - 13h	9h - 11h	10h - 12h	Cœur	Déjeuner, marche
13h - 15h	11h - 13h	12h - 14h	Intestin Grêle	Absorber de la nourriture, sieste rapide, travail
15h – 17h	13h - 15h	14h - 16h	Vessie	Travail et étude
17h - 19h	15h - 17h	16h - 18h	Reins	Exercices, dîner léger
19h - 21h	17h - 19h	18h - 20h	Maître Cœur	Lecture facile, massage des pieds
21h - 23h	19h - 21h	20h - 22h	Triple Foyer	Calme, période de sociabilité, flirt, sexualité
23h - 1h	21h - 23h	22h - 0h	Vésicule biliaire	Coucher, réparation cellulaire
1h- 3h	23h - 1h	0h - 2h	Foie	Sommeil profond, détoxification du Foie et du sang



CYCLE DES ÉMOTIONS « POSITIVES »



Eléments de l'été:
Amour partagé, créativité et spiritualité, bien être et expansion de la chaleur
Son: Hawwwwwww
Emotions positives: Amour, Joie, Bonheur

Eléments du printemps:
La Nature abonde avec énergie, pour faire croître la vie.
Le mouvement nécessite l'essentiel.
Son: Shhhh
Emotions positives: Gentillesse, Générosité

Eléments de l'été indien
La Terre nourrit et soutien tout le Vivant, la diversité apporte la stabilité
Son: Whoooo
Emotions positives: Honnêteté, Ouverture, Confiance

Eléments de l'hiver:
L'eau disparaît dans les profondeurs de la Terre et se purifie. Le raffinement absorbe les ressources
Son: Choooo
Emotions positives: Gentillesse, Calme, Silence

Eléments de l'automne:
L'énergie du Ciel rencontre la Terre. Récolte
Son: Sssss
Emotions positives: Courage, Intégrité

CYCLE DES ÉMOTIONS « NÉGATIVES »

2, STRESS + COLERE + JALOUSIE + FRUSTRATION

Symptômes

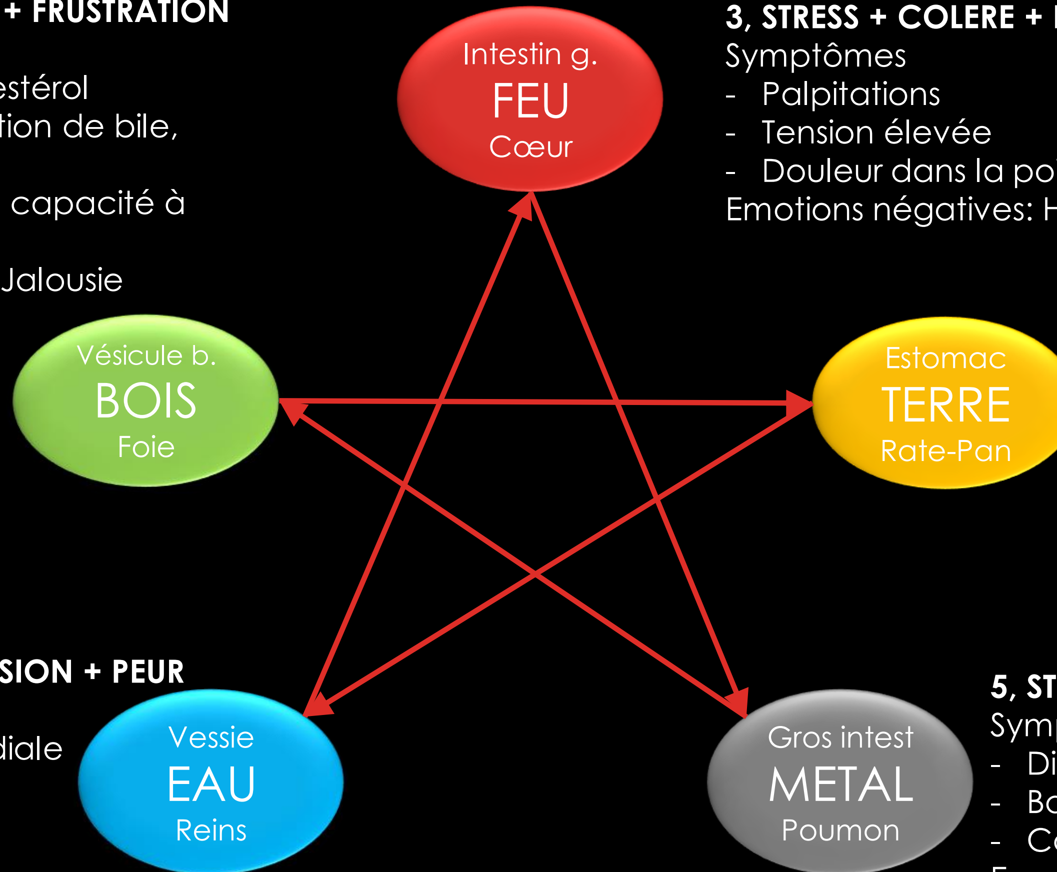
- Le Foie produit plus de cholestérol
- Déséquilibre dans la production de bile, affaiblissant la digestion
- Le sang stagne, réduisant sa capacité à détoxifier le corps
- Emotions négatives: Colère, Jalousie

3, STRESS + COLERE + HAINE + IMPATIENCE + CRUAUTE

Symptômes

- Palpitations
- Tension élevée
- Douleur dans la poitrine

Emotions négatives: Haine, Cruauté, impatience



1. **STRESS**

4, STRESS + COLERE + HAINE + INQUIETUDE + CRUAUTE

Symptômes

- Affaiblissement de la fonction digestive
- Difficulté dans l'élimination des déchets de la digestion

Emotions négatives: Inquiétude, Anxiété, Doute

5, STRESS + COLERE + ANXIETE + DEPRESSION + TRISTESSE

Symptômes

- Difficultés à respirer
- Baisse du taux d'oxygène dans le sang
- Constipation

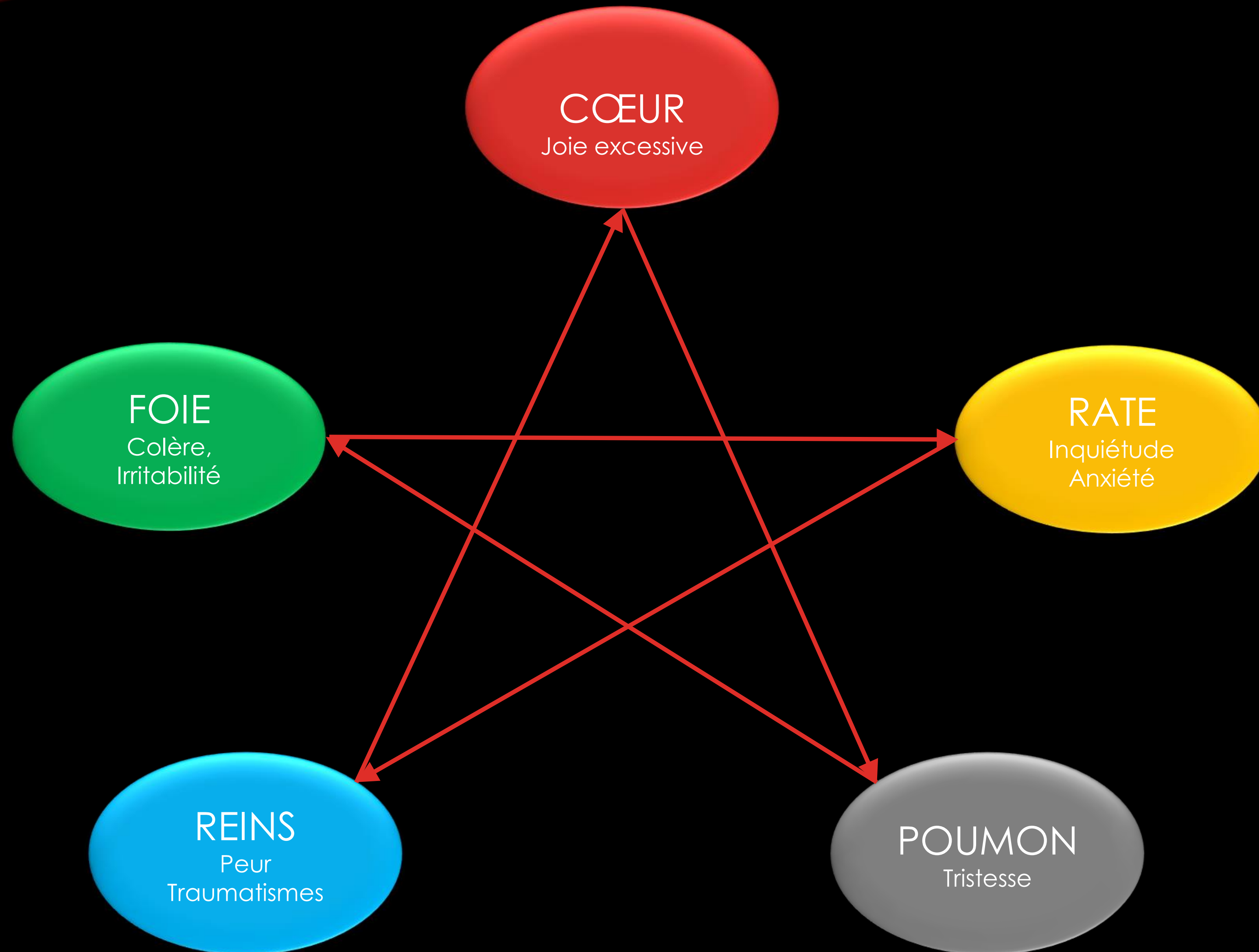
Emotions négatives: Tristesse, Dépression

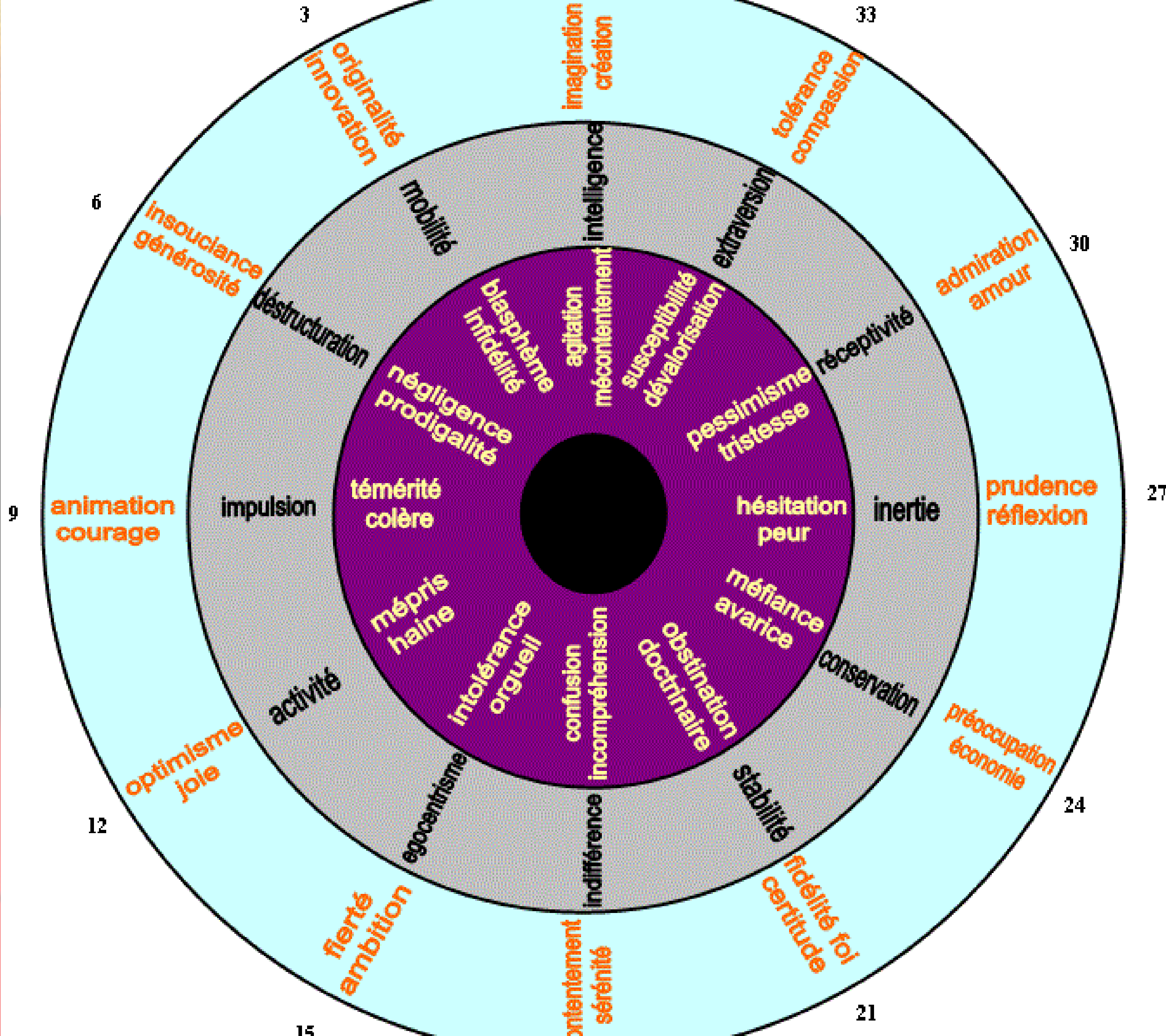
6, STRESS + COLERE + ANXIETE + DEPRESSION + PEUR

Symptômes

- Perte de l'énergie sexuelle et primordiale
- Acidité dans le corps
- Le système nerveux est stressé
- Perte de la force vitale
- Emotion négative: Peur

LES 5 ETATS ET PHASES ÉMOTIONNELS





CYCLE DE L'AFFECTIVITÉ

D'après https://r-eveillez-vous.fr/taux-vibratoire-energetique/

Il est représenté par 3 anneaux:

- l'*anneau médian gris* présente les dispositions psychiques **neutres**; ce sont les fonctions psychiques normales sur selon un plan moyen. comme il s'agit d'une sphère déployée, ces dispositions peuvent être positives ou négatives.

- l'*anneau magenta interne* correspond à l'hémisphère **négatif** et aux affectivités négatives, dépressives, agressives ou dégénératives.

- l'*anneau turquoise externe* correspond à l'hémisphère **positif** et aux dispositions positive, constructives, généreuse.

IL FAUT REMARQUER QU'IL S'AGIT D'UNE PROJECTION PLANE D'UN MODÈLE SPHÉRIQUE. TOUT AXE DIAGONAL DE LA SPHÈRE PASSE PAR SON CENTRE; PAR CONSÉQUENT LES ANTAGONISMES APPARAISSENT ENTRE EXPRESSION POSITIVE DU CERCLE EXTERNE ET EXPRESSION NÉGATIVE DE L'ANNEAU CENTRAL ET NON PAS ENTRE EXPRESSIONS DIAGONALEMENT OPPOSÉES DU MÊME ANNEAU.

GESTION DES ÉNERGIES

D’après *Healing Love Through the Tao* de Mantak Chia

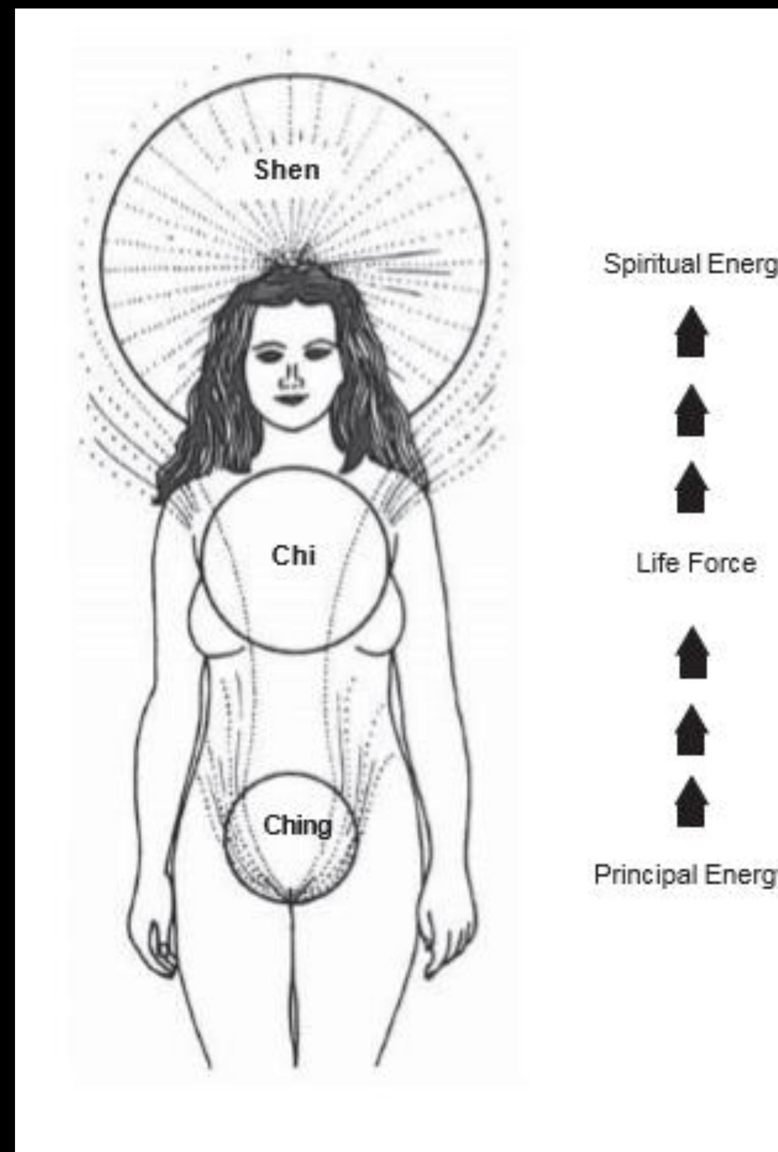
ENERGIE PRINCIPALE « CHING »

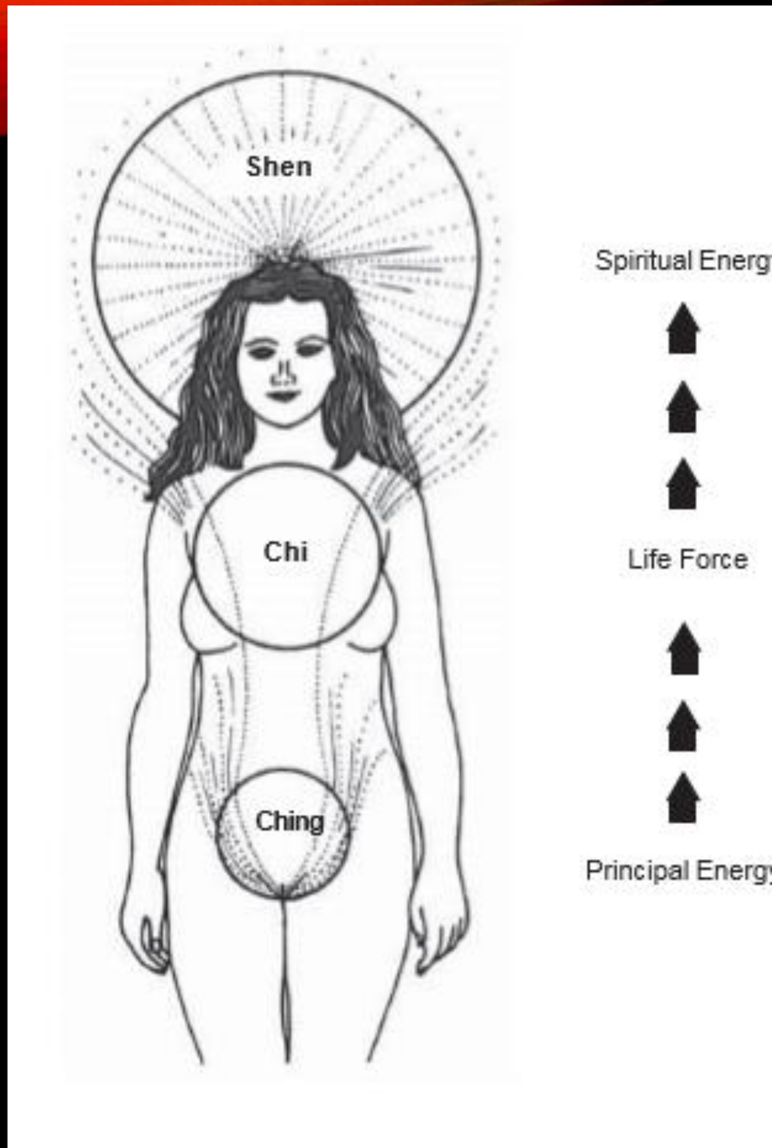
Nous sommes tous nés avec une énergie abondante que les Taoïstes nomment l'énergie principale ou Ching (pour les femmes). Chez les femmes, cette énergie créative est nécessaire pour créer les ovules, la paroi utérine, les hormones et conserver l'énergie sexuelle active. L'énergie Ching ajoutée à l'énergie de l'air que nous respirons et à l'énergie de la nourriture que nous absorbons permet aux femmes de fabriquer des ovules contenant l'énergie de vie qui sera transmise aux générations futures. L'énergie Ching transforme aussi l'énergie de vie aux organes, cette énergie est appelée Chi. L'énergie sexuelle (l'énergie créative) est la seule énergie qui puisse être multipliée. De ce fait, si nous voulons conserver ou restaurer l'énergie perdue, l'énergie sexuelle fournit le moyen de créer cette énergie supplémentaire si nous la conservons, la recyclons et la transformons en énergie principale. Nous aurons alors plus d'énergie disponible pour transformer le Chi, qui à son tour est transformé en une nouvelle énergie appelée Shen (énergie spirituelle)

TRANSFORMATION DE L'ÉNERGIE CHING EN FORCE VITALE ET ÉNERGIE SPIRITUELLE

Quand nous sommes jeunes et en bonne santé, nous dépensons cette énergie principale ou Ching librement sans contrainte jusqu'à ce que nous atteignons approximativement l'âge de 24 ans. Bien que le Tao considère que chaque personne est née avec les bonnes vertus de gentillesse, respect, honnêteté et justice, il se produit un changement.

Le Ching est une énergie créatrice. Ching est la substance la plus raffinée avec laquelle la personne vient au monde. Elle est aussi appelée énergie principale car elle est essentielle pour accomplir toutes les fonctions du corps. Toutes les autres énergies du corps dépendent du Ching. Le Ching est transformé en énergie de vie ou Chi quand il interagit avec les organes vitaux. La conservation et la nourriture de l'énergie Ching est la base des pratiques taoïstes. Le Jing est stocké dans les tissus vivants, plus précisément dans les reins, le sperme et les ovaires. Une partie du Ching est une énergie essentielle. L'énergie Ching est produite par les organes sexuels. Pour les femmes, il s'agit de l'énergie des ovaires, pour les hommes celle du sperme. L'énergie Ching est plus dense que le Chi, par conséquent, elle circule plus lentement dans le corps. Lorsque l'énergie Ching circule dans le corps, les organes sont revitalisés et nourris.





TRANSFORMATION DE L'ÉNERGIE CHING EN FORCE VITALE ET ÉNERGIE SPIRITUELLE

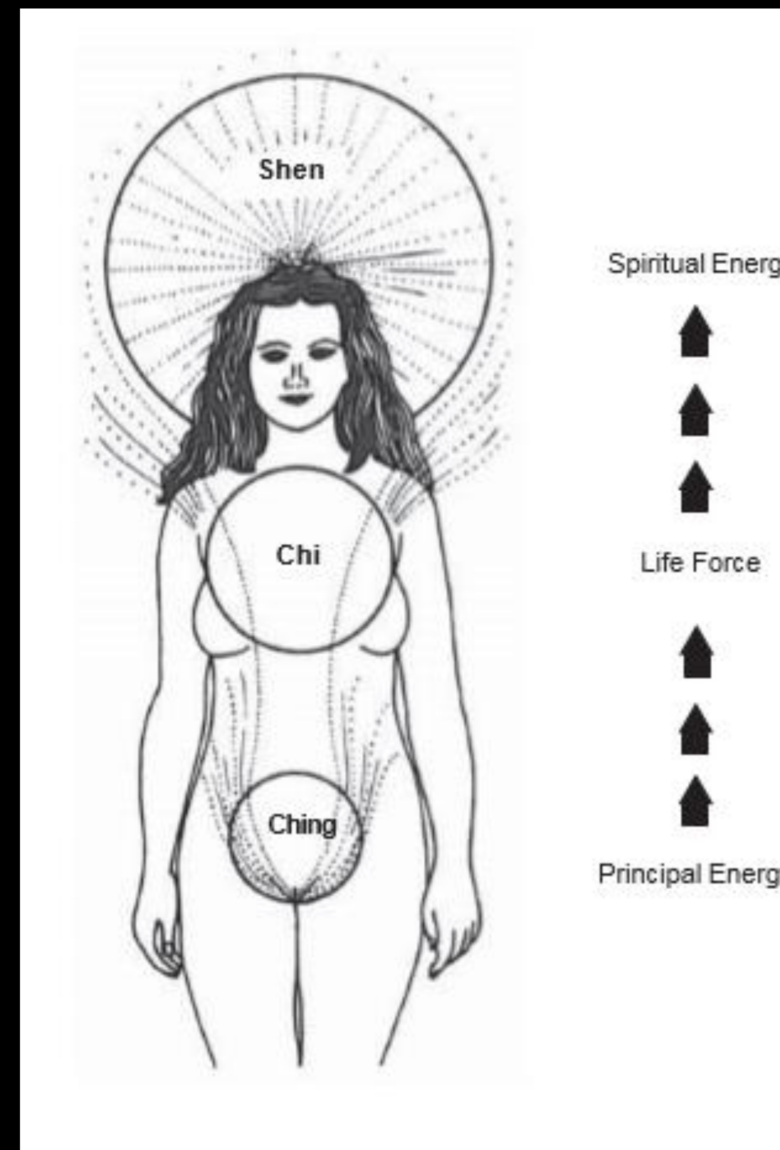
En grandissant, l'influence culturelle et sociale modifie graduellement les bonnes vertus. La personne commence à sentir la pression de la précipitation, de la colère, de la peur et de l'inquiétude. Cela grignote petit à petit la force vitale, réduisant la force sexuelle créatrice. Vers l'âge de 24 ans, le stress de la vie s'est développé et accumulé, accompagné par des déséquilibres et des problèmes émotionnels et une activité sexuelle sur-stimulée. L'énergie principale, dépensée très librement dans la jeunesse commence à se transformer en énergie négative, stimulant et forçant plus d'énergie émotionnelle et augmentant l'activité sexuelle.

Les émotions négatives nous vident de notre force vitale, nous volent notre énergie sexuelle, elles peuvent représenter une perte de 10 à 60% de notre énergie vitale. Un excès d'énergies négatives nous coupe de notre énergie vitale, par conséquent, moins d'énergie pour fabriquer les hormones et remplacer l'énergie sexuelle. Il n'y aura plus suffisamment d'énergie pour construire l'âme et l'esprit.

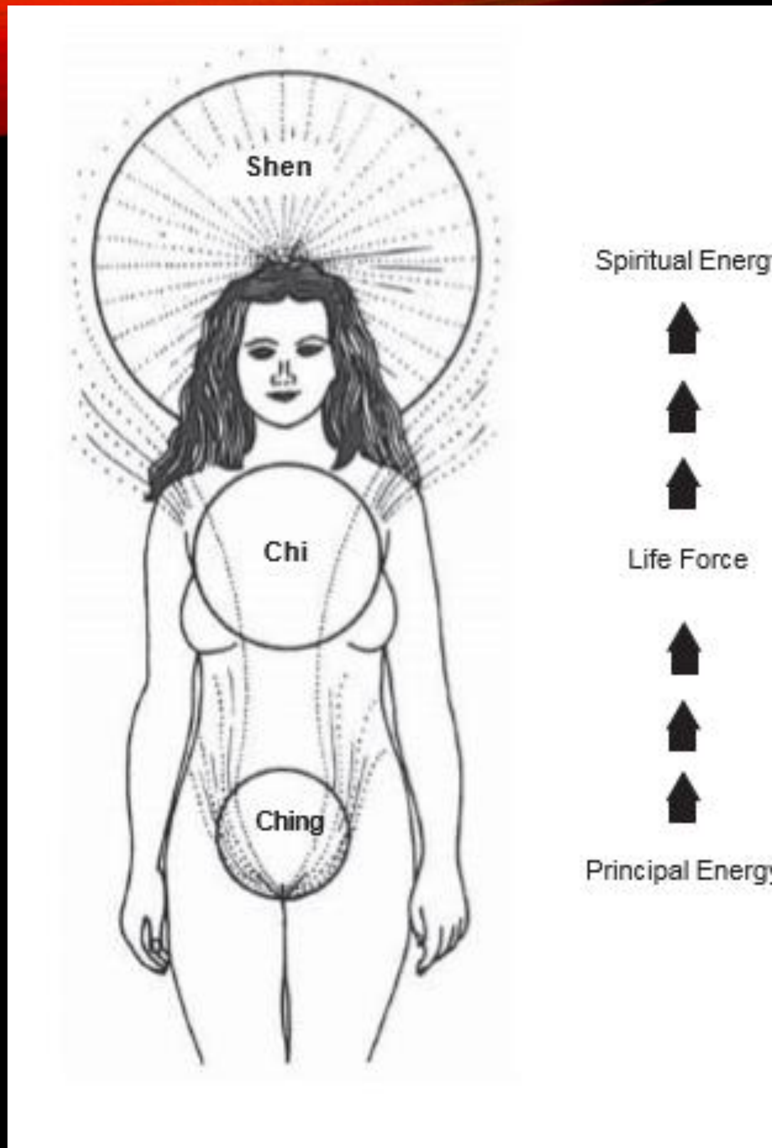
L'ART DE GÉRER LES ÉMOTIONS NÉGATIVES

Nous considérons les énergies négatives comme des « énergies déchets » dont on doit se débarrasser d'une manière ou d'une autre. Puisque l'énergie négative et l'énergie sexuelle continuent d'être notre énergie de vie, si nous nous débarrassons ou nous vidons de ces « énergies déchets », nous nous vidons aussi de notre force vitale. A partir de là, pour répondre aux besoins de notre corps, nous continuons de prendre des forces de notre énergie principale, et à l'âge de 40 ans, nous avons en avons dépensé 50 à 60%. A l'âge de 65 ans, la plupart d'entre nous vit d'une quantité d'énergie vitale en baisse jusqu'à ce que finalement nous en ayons plus.

La loi de l'énergie est que l'énergie ne peut pas être détruite, elle peut seulement être transformée. Quand nous débarrassons de notre « énergie déchet », quelqu'un d'autre doit la prendre. Lorsque nous utilisons la colère sur une personne, cette personne doit également s'en débarrasser, si elle ne peut pas le faire sur vous, elle sera utilisée sur une autre personne. Cette colère reviendra sur vous avec l'effet d'un boomerang, apportant de la peur, de la tristesse, de la précipitation et toutes sortes de stress. C'est impossible à supporter, ce qui fait que vous essayez de trouver un moyen pour vous en débarrasser. Il n'y aura pas de fin à ce cycle, et les émotions négatives continueront de se multiplier. Cela réduira de façon conséquente les énergies sexuelles, créatives et productives.



TRANSFORMATION DE L'ÉNERGIE NÉGATIVE EN CHI



Il va falloir transformer l'énergie négative en énergie positive et en vertus, restaurer l'énergie sexuelle perdue, les énergies créative et productive en ouvrant un certain canal dans le corps. Une fois ce canal ouvert au moyen de techniques telles que la respiration ovarienne, les énergies négatives et sexuelles peuvent circuler à travers ce canal. Lorsque ces 2 énergies sont combinées et circulent, un processus naturel de combustion transforme les énergies négatives en énergie de vitale. Cela crée un cercle vertueux d'énergies positives apportant plus d'énergie vitale pour faire face aux émotions négatives.

Il existe une autre façon de gérer l'énergie des émotions négatives: en la transformant directement en énergie positive avec la pratique du Tao, en utilisant la Fusion des 5 éléments, en utilisant la méditation pour harmoniser les différents types d'énergies émotionnelles avec les organes associés et en devenant plus réceptif à leur présence ou apparition et en devenant conscient des différents types d'énergies négatives qui restent bloqués dans nos organes et qui peuvent par la suite se transformer en maladies. En utilisant la Fusion des 5 éléments, il est possible de neutraliser, harmoniser et transformer les énergies négatives en force vitale positive.

GAINS D'ÉNERGIE

Le seul moyen d'obtenir plus de Chi est de transformer l'énergie sexuelle qui en temps normal est libérée au moment de l'acte sexuel en la recyclant en Chi, nous faisant ainsi gagner 30 à 40% de force vitale. Les méthodes taoïstes de Guérison par l'Amour sont la respiration ovarienne et l'attraction de l'orgasme croissant. Ces 2 méthodes aideront à recycler et transformer une partie de l'énergie sexuelle en Chi.

Les Maîtres du Tao considèrent le Chi comme une clé pour obtenir une bonne santé, et la bonne santé permet de condenser et de transférer plus de Chi en un stade plus raffiné d'énergie. Cela nous permet d'avoir encore plus d'énergie à disposition pour construire l'énergie du corps ou l'âme du corps et pour créer et nourrir la chose la plus importante de notre vie: notre esprit immortel, ou esprit du corps. Le taux d'énergie que nous dépensons en temps normal ne nous permet pas d'en disposer suffisamment pour accomplir cela.

Dans le champs de la Santé, actuellement, il existe de nombreuses méthodes pour nous aider à augmenter notre force vitale (Chi), telles que le massage, acupressure…. Cependant, le point de vue des Maîtres du Tao est que l'énergie la plus abondante et la plus facile à transformer en Chi et en énergie raffinée est l'énergie sexuelle. Dans la pratique de la Guérison par l'Amour, il existe un moyen de recycler et conserver cette énergie, mais il convient en premier lieu de la transformer en Chi puis en énergie spirituelle. Autrement, vous construirez petit à petit trop de Chi, ce qui peut mener à de sévères déséquilibres.

Les jeunes par exemple, ont un fort taux de force vitale disponible, mais ne savent pas comment la canaliser correctement. Leur réaction consiste à augmenter cet excès d'énergie le plus vite possible en consommant des drogues, de l'alcool, du tabac et autres stimulants. Ces méthodes de stimulation donnent au départ 10 à 20% fois plus d'énergie mais celle-ci est prélevée de toutes les sources disponibles: les organes, les glandes et le cerveau. Par la suite, l'usager est laissé avec une énergie diminuée, ce qui se traduit par un retour à l'usage de stimulants. Lorsqu'il ou elle veut retrouver le même niveau d'énergie, il ou elle a recours aux stimulants mais il dispose de moins d'énergie et la montée ne sera pas la même. Cela résultera en l'augmentation des doses ou au passage à un stimulant plus fort. Une personne qui se trouve avec une énergie réduite sera moins affectée par la drogue parce que la drogue aura moins d'énergie vitale pour se nourrir. Pour cette raison, les jeunes deviennent plus facilement dépendantes des drogues, du sexe et autres addictions. Transformer l'abondance de Chi de façon correcte éliminera le besoin de bruler l'énergie avec des stimulants ou avoir une activité sexuelle excessive

FORCE VITALE, ÉNERGIE CRÉATRICE

La fonction de base de la sexualité est la reproduction. Au-delà de cette fonction, à chaque fois que nous sommes sexuellement actifs, nous générons beaucoup d'énergie vitale. Lorsque nous avons un orgasme normal, la force vitale se déverse depuis nous vers l'univers. Si nous apprenons comment rediriger l'énergie orgasmique vers l'intérieur et vers le haut plutôt qu'à l'extérieur, l'énergie atteindra un centre supérieur du corps et nous connaîtrons un orgasme plus grand connu sous le nom d'orgasme total du corps ou orgasme des glandes et organes, une expérience que nous ne vivons pas à travers une sexualité normale. Nous pouvons donc créer plus d'énergie: la stocker et la transformer en force vitale, augmentant de cette façon notre énergie totale.

Jusque là, en accord avec les enseignements des Maîtres du Tao, nous avons classifié les énergies du corps en plusieurs types: positive et négative, sexuelle, force vitale etc. Toutes ces énergies ont des propriétés très différentes. Si nous les identifions, nous pouvons commencer à les maîtriser, transformant tout négatif en positif, et cultivant les bonnes énergies qui nous conviennent.

Tout comme les émotions négatives épuisent notre force vitale, et par conséquent réduisent notre énergie créative sexuelle, cultiver de bonnes vertus augmente notre énergie créative sexuelle. En utilisant notre capacité à diriger l'énergie orgasmique vers l'intérieur et le haut, plutôt qu'en perdant l'énergie sexuelle en orgasmes qui fuient vers l'extérieur, nous apportons l'énergie sexuelle créative chargée positivement vers le haut pour envelopper d'énergie les organes et les glandes. Dans le système du Tao, c'est à l'intérieur des organes que nos émotions et vertus sont conservés. Lorsqu'un organe est ramené à son état de santé optimal, les bonnes vertus peuvent émerger et peuvent être cultivées pour produire encore plus d'énergie positive afin de nourrir les autres organes et glandes. Affaiblis, les organes malades commencent à produire de la bonne énergie, ils influenceront petit à petits les autres organes, leur rendant également la santé.

BONNES VERTUS LE CŒUR DU TAO UNIVERSEL

Faire usage de bonnes vertus est le cœur du Tao universel. Le système dépend dans son ensemble de l'énergie de l'amour, de la joie, de la gentillesse, du respect et de l'honnêteté. Le Tao universel croit que les êtres sont doués d'une bonne nature, pas parce que nous craignons de bruler en enfer éternellement, ou que nous craignons de revenir à des formes de vie plus archaïques ou que nous craignons de souffrir dans une nouvelle incarnation mais parce que nous croyons que faire bien pour les autres nous profitera également directement. C'est un concept simple. Lorsque nous sommes gentils avec les autres, nous sommes bons pour notre Foie, l'organe associé à la gentillesse. Le Foie devient plus fort en lui donnant plus de Chi. L'idée est de faire du bien aux autres comme on le ferait pour soi-même pas par crainte d'être puni.

Dans la pratique de la Guérison par l'Amour, nous ramenons le pourquoi de l'énergie sexuelle créative dans les organes et les glandes et pour renforcer les faiblesses du corps et augmenter la force vitale. Développer plus de bonnes énergies vitales aide à transformer la colère, la peur, la tristesse et la dépression.

PLAISIRS DE PERTE ET PLAISIRS DE GAIN D'ÉNERGIE

Si une femme ne souhaite pas avoir d'enfants, son activité sexuelle est dirigée vers le plaisir seul. Les Taoïstes identifient 2 types de plaisirs: « le plaisir de la perte d'énergie » et « le plaisir du gain d'énergie ». La plupart d'entre nous expérimente le plaisir de la perte d'énergie.

Nous avons décrit les plaisir bref et intense de la drogue comme la marijuana, l'héroïne, la cocaïne ou les amphétamines introduit dans le système alors qu'ils vident rapidement et brûlent la force vitale des organes, du cerveau et des glandes. C'est comme un feu de joie démarré à l'essence, il brûle très intensément et il est très gratifiant, mais l'essence s'envole et le feu s'éteint trop vite.

PLAISIRS DE PERTE ET PLAISIRS DE GAIN D'ÉNERGIE

Le business des affaires est apparu pour satisfaire nos sens. Ils font d'énormes profits parce qu'en fin de compte, ils ne parviennent pas à nous satisfaire ou nous apporter une joie ou un bonheur sincères. Si ces firmes nous apportaient un divertissement durable, elles feraient faillite.

Les Taoïstes considèrent nos organes comme le Corps Parent et les sens comme des enfants. Quand nous les séparons, il n'y a pas d'harmonie, mais du déséquilibre et du besoin. Les gens sont en quête de bonheur, satisfaction et amour à l'extérieur d'eux-mêmes plutôt qu'à l'intérieur. Ils écoutent les désirs de leur corps plutôt que leur esprit. Plus ils cherchent, plus ils créent le besoin et moins ils trouveront ce qu'ils recherchent. A la place, ils créent le dépérissement à l'intérieur d'eux-mêmes. Le bonheur véritable, la joie sincère et la vraie satisfaction proviennent de la paix intérieure.

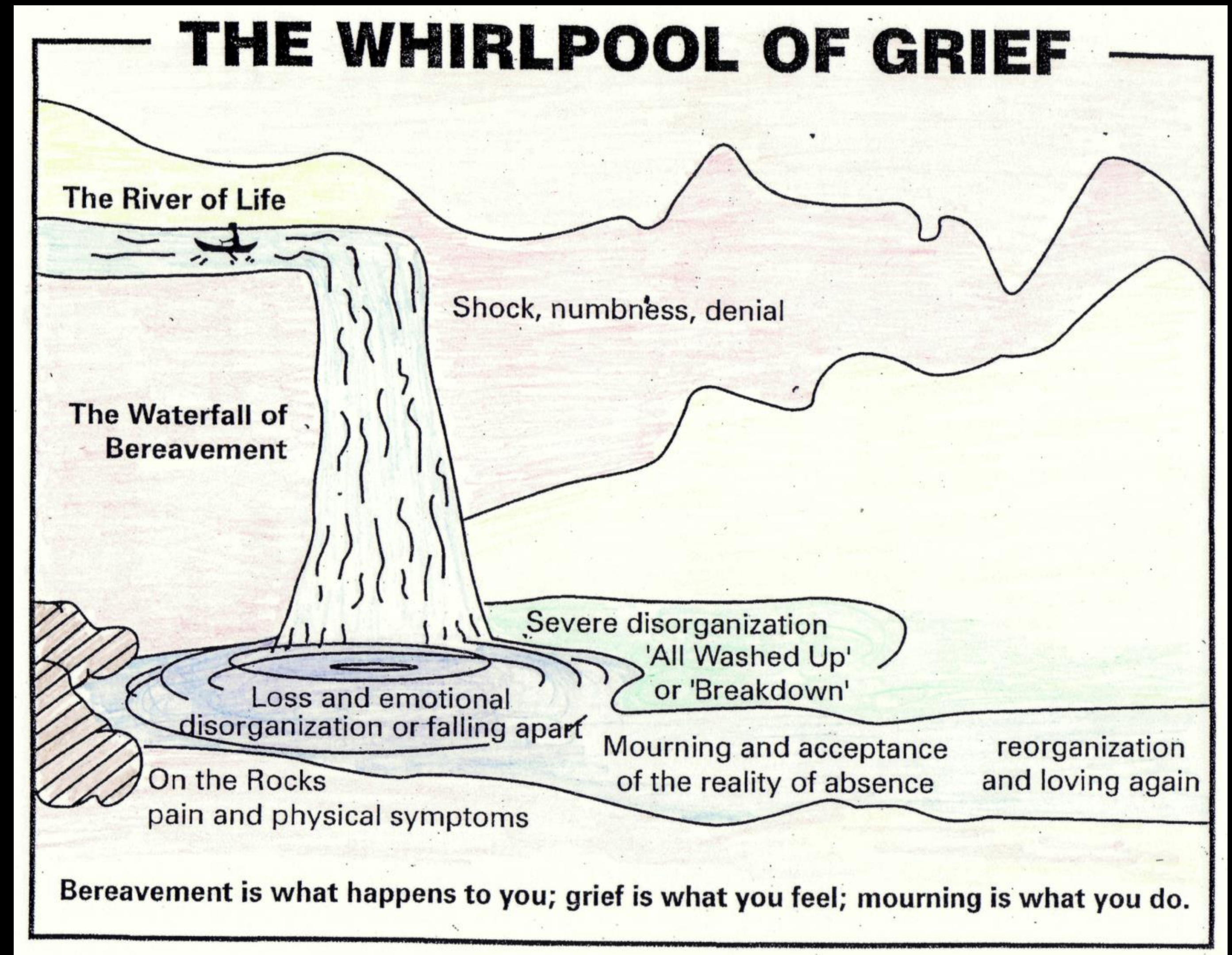
En nous tournant vers l'intérieur, nous ne perdons pas l'énergie vers l'extérieur, et nous gagnons en énergie pour nousmêmes. Par exemple, si nous mangeons un plat savoureux mais que nos organes et nos sens ne sont pas en harmonie interne, nos yeux en voudront plus, comme un enfant dans un magasin de jeux. Nous pouvons décider de regarder un film, sortir en boîte, ou dans un bar, au bout d'un moment, nous allons ressentir le besoin de boire, de fumer ou de prendre des drogues. Tourner l'énergie sexuelle mais l'orgasme résultant vers l'intérieur est le premier pas vers l'obtention d'énergie (plaisir de gain d'énergie) et à la maîtrise de nos sens. Une fois que vous avez plus d'énergie sexuelle à l'intérieur, les organes deviendront plus fort et serez en mesure de maîtriser, satisfaire et équilibrer vos sens.

LE LANGAGE DES ÉMOTIONS

Les émotions sont considérées comme la cause majeure interne des maladies en Médecine Traditionnelle Chinoise. L'activité émotionnelle interne normale est une réponse physiologique aux stimuli de l'environnement extérieur.

Dans des limites normales, les émotions ne causent pas de maladies ou de fragilités dans le corps. Cependant, lorsque les émotions deviennent si puissantes qu'elles deviennent incontrôlables et accablent la personne, alors elles peuvent causer de sérieuses blessures aux organes internes et ouvrir la porte aux maladies. Ce n'est pas tant l'intensité que la durée prolongée ou une émotion extrême qui cause des maladies.

Un excès de l'activité émotionnelle cause de sévères déséquilibres de l'énergie Yin-Yang, des déviations dans le flux sanguin, des blocages du chi dans les Méridiens et l'affaiblissement des fonctions vitales.



Bereavement = deuil, perte d'un proche, numbness = engourdissement, perte de sensations.

False
Evidence
Appearing
Real

F-E-A-R: has two meanings:

1. Forget Everything And Run

or

2. Face Everything And Rise



The Choice is Yours!

LES 7 ÉMOTIONS MAJEURS ET LEUR ACTION SUR LES ORGANES

La **Joie** fait référence aux états d'agitation et de surexcitation, plus qu'à la notion passive de profond contentement, l'organe le plus affecté par cette émotion est le Cœur. Trop de stimulation peut mener à des problèmes d'excès de Feu dans le Cœur connecté avec des sentiments d'agitation, des insomnies et des palpitations.

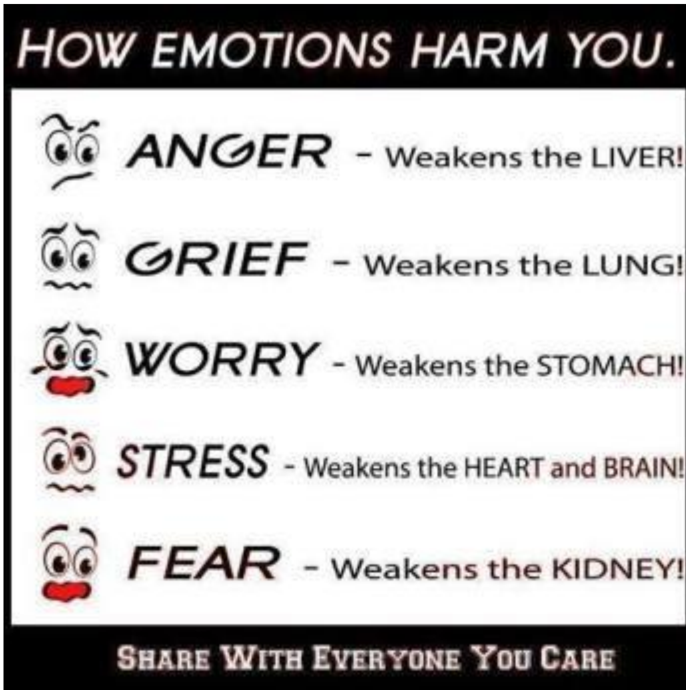
La **Colère** affecte le foie, résultant de la stagnation du Chi du Foie (Energie Vitale). Cela peut mener à une énergie montante du Foie vers la tête, donnant lieu à des maux de tête, le vertige et autres symptômes. Sur le long terme, cela peut entraîner des problèmes au niveau de l'estomac et de la rate (en anglais spleen = colère et rate)

L'**Anxiété** blesse les poumons qui contrôlent l'énergie Chi à travers la respiration. Des symptômes habituels d'extrême anxiété se traduisent par un blocage de la respiration, une respiration irrégulière et superficielle. Le manque d'air ressenti pendant les périodes d'anxiété est connu de tous. L'anxiété peut aussi blesser l'organe complémentaire du Poumon: le Gros Intestin

La **Pensée** ou la concentration sont considérées comme étant le résultat de réflexions excessives du mental et de stimulation intellectuelle. Toute activité qui implique un effort mental court le risque de causer le désordre. L'organe le plus en danger est la Rate. Cela peut entraîner une déficience du Chi de la Rate, causant alors l'inquiétude et donnant lieu à la fatigue, la léthargie et incapacité à se concentrer

La **Tristesse** affecte principalement les Poumons. L'expression normale et saine de la tristesse peut se manifester par les gémissements qui proviennent des profondeurs des Poumons – des respirations profondes et expulsion de l'air avec le gémissement. Cependant, une tristesse qui ne s'est pas exprimée et devient chronique peut générer du désordre dans les Poumons, affaiblissant l'énergie Chi du Poumon. Cela peut à son tour interférer avec la fonction du Poumon qui fait circuler le Chi autour du corps.

LES 7 ÉMOTIONS MAJEURS ET LEUR ACTION SUR LES ORGANES



La **Peur** est une émotion normale et adaptative de l'être humain. Mais lorsqu'elle devient chronique et lorsque la cause de la peur ne peut être directement abordée, alors il y a de fortes chances que cela résulte en désordre. Les organes les plus à risque sont les Reins. En cas de peur extrême, la capacité des Reins à conserver l'énergie Chi peut s'affaiblir et entraîner une urination involontaire. Cela peut être particulièrement problématique chez les enfants. La peur est la voie vers la partie Ombre. La peur amène à la colère. La colère amène à détester. La haine amène la souffrance.

La **Panique** se distingue de la peur par sa nature soudaine et inattendue. La panique affecte en priorité le Cœur, spécialement dans les premiers stades, mais si elle persiste pour un moment, cela peut être de la peur consciente qui s'installe dans les Reins.

Le Sourire intérieur est un organe périphérique. La méditation pratiquée quotidiennement apporte une santé optimale à l'organe.

La Méditation du Sourire Intérieur qui se concentre sur la gratitude et la joie dans les organes internes résout les tensions physiques et mentales qui peuvent mener à la maladie. Dans le Taoïsme les émotions « négatives »: colère, tristesse, dépression, peur et inquiétude sont vues comme des énergies de basse qualité qui causent des maladies chroniques et volent notre énergie vitale en causant des blocages d'énergie. La Méditation du Sourire Intérieur nettoie les organes des énergies négatives poison qui peuvent bloquer la circulation de l'énergie Chi dont le rôle est de nourrir l'ensemble du corps.

Un simple sourire extérieur transmet de l'énergie positive et a le pouvoir de réchauffer et de guérir, un sourire intérieur produit une énergie de très haute qualité qui favorise une auto-guérison puissante, une relaxation profonde, le bonheur et la longévité. Sourir aux organes et les remercier pour leur travail aide à réveiller l'intelligence du corps qui une fois activée, peut dissiper le déséquilibre émotionnel et le désordre intérieur avant que de sérieuses maladies ne se manifestent.

FACTEURS D’INFLUENCE

Adaptation à l’environnement

PRINCIPE DE CONCORDANCE

D'après *Self Consistency, a theory of personality* de Prescot Lecky

HISTORIQUE DES THÉORIES DE LA PERSONNALITÉ

Dans notre effort de donner une forme et un contenu à la personnalité, il est important que le motif de cette mission ne soit pas mal interprété. La conception de la personnalité n'est pas une volonté de contribuer à sa connaissance qui peut être vérifiée par n'importe quel compte rendu descriptif du comportement d'un organisme. Sa valeur, d'un point de vue scientifique ne repose pas sur ce compte rendu. C'est simplement un moyen d'atteindre un objectif, mais un moyen nécessaire si nous nous intéressons à l'organisation des comportements, et nous espérons parvenir à une compréhension scientifique de l'individu.

Jusqu'à la fin du XIXème siècle, la théorie physiologique du stimuli-réponse, basé sur l'analogie entre le système nerveux et le système télégraphique dominait toute la pensée psychologique. Mais la théorie, qui a remplacé l'analogie à un système hydraulique et tenté de concevoir le processus mental en terme de comportement de liquides sous pression s'est révélée inadéquate sur le plan clinique et a été remise en question par la Psychanalyse. C'est cette théorie qui a donné naissance aux concepts de répression, d'exécutoir des émotions, de sublimation, d'évacuation, d'équilibre etc. Ces deux théories tentent en utilisant ces analogies de maintenir l'apparence de consistance avec la tradition de la science mécanique.

L'analogie hydraulique semble offrir une alternative au concept télégraphique principalement à cause de sa plus grande flexibilité à résoudre des problèmes de motivation. Au lieu de prendre en compte les forces environnementales comme un stimuli, elle postule qu'un groupe de forces internes recherche une expression extérieure. Mais il n'a jamais été possible d'expliquer tous les comportements comme l'expression de du même type d'énergie, qui serait bien sûr très nécessaire si la théorie hydraulique devait être appliquée. Freud tente de confiner sa théorie aux seuls instincts d'amour et de sexe, mais il a été obligé de reconnaître les motifs de l'égo, et plus tard il a ajouté l'instinct de mort pour l'agression et la haine. De la même manière, Adler à commencé avec l'effort agressif de supériorité, mais il a été obligé par la suite d'admettre l'existence du sentiment social et des tendances coopératives. D'autres écoles reconnaissent de plus longues listes d'instincts. Mais dans tous les cas, il a été observé que les motifs entrent en conflit et interfèrent les uns avec les autres, ce qui a mené à la croyance que chaque motif différent doit être traité séparément. Le résultat est que l'analogie hydraulique mène à de nombreuses dynamiques unitaires tout comme le concept télégraphique, avec ses larges variations d'habitudes et de modèles de réaction, il mène à de nombreuses structures unitaires. Les deux théories ont donc réussi à obscurcir le caractère intégral de l'activité de l'organisme: l'organisation a été soit divisée soit réduite à des éléments agrégés.

PRINCIPE D’UNITÉ DE LA PERSONNALITÉ

Ces figures rhétoriques ont été des outils pratiques pour l’organisation des informations, mais elles n’ont pas donné lieu à une conception de l’homme cohérente. Après 50 ans de recherche sous le point de vue mécanique, la Psychologie est plus désorganisée en regard de la perspective théorique que jamais elle ne l’a été de toute son histoire.

Plutôt que d’assumer au préalable que l’homme est une machine mise en mouvement par des forces, un partie dont l’avenir comportemental est prédictible en fonction de son comportement passé, partons du principe que tant qu’il est en vie, l’homme doit être considéré comme un tout en lui-même, un système qui opère comme un tout. Son comportement doit être interprété comme une action dans un but plutôt que comme une réaction.

Les théories mécaniques puisqu’elles partent du principe que l’activité est le résultat de causes antérieures seulement, doivent expliquer l’activité elle-même, et doivent donc faire des recherches pour définir ou isoler les activités caractérisées. L’explication habituelle est que l’organisme est stimulé. Nous partons du principe, au contraire, que chaque organisme, tant qu’il reste en vie, est continuellement actif, et donc continuellement dirigé vers un but. La vie et l’activité coexistent et sont inséparables. Nous n’avons pas à expliquer pourquoi l’organisme agit, mais seulement pourquoi il agit d’une certaine manière et pas d’une autre. Un stimulus ne peut pas initier d’activité, mais tend à modifier d’une manière ou d’une autre l’activité déjà en cours.

Une telle suggestion est sans conteste radicale d’un point de vue humain. Toute théorie est érigée sur les principes d’une action unifiée, et toute technique dérivée de la théorie pour des usages cliniques est automatiquement empêchée d’assurer la pluralité des objectifs. Une source de motivation seule, la nécessité de maintenir l’unité du système, doit servir de principe universel dynamique. L’unité doit être le postulat fondamental pas le conflit.

Presque toutes les écoles de psychothérapie sont dirigées vers l’élimination du conflit, bien que le conflit soit considéré comme fondamental. Donc il est clair qu’eux aussi recherchent l’unification comme un but, même si la possibilité d’atteindre le but est incompatible avec leurs hypothèses. Il est évident donc que le conflit doit être interprété comme un trouble passager, une sorte de maladie plutôt que comme une condition permanente et nécessaire. Bien que le conflit soit généralement présent, il n’est pas dû à la structure de la personnalité elle-même.

PRINCIPE DE RÉSISTANCE

Il est plutôt dû aux changements environnementaux qui constituent une série continue de nouveaux problèmes à résoudre.

Bien que nous partions du principe d'une lutte constante pour l'unité, nous n'acceptons pas l'hypothèse que la lutte conduit nécessairement à la réussite. L'environnement pose les conditions du problème que nous rencontrons, et dans certaines situations une solution adéquate ne se présentera pas. Si le résultat pouvait être garanti, comme il l'est dans la physique classique, la pensée mécanique serait restaurée et le postulat de la lutte dirigée vers un but serait inutile.

Nous proposons d'appréhender tous les phénomènes psychologiques comme des illustrations d'un seul principe d'unité ou principe cohérent interne. Nous concevons la personnalité comme une organisation de valeurs qui sont ressenties comme cohérentes les unes avec les autres. Le comportement exprime l'effort de maintenir l'intégrité et l'unité de l'organisation.

Le principe est que toutes les valeurs d'un individu sont organisées en un unique système de préservation dont l'intégrité est essentielle. Le système du noyau, autour duquel le reste du système s'articule, est l'évaluation de l'individu lui-même. Toute valeur entrant dans le système qui ne sera cohérente pas avec l'évaluation de l'individu lui-même ne peut pas être assimilée, elle rencontre la résistance et a de grandes chances, à moins qu'une réorganisation générale n'intervienne, d'être rejetée. Cette résistance est un phénomène naturel, elle est essentielle pour le maintien de l'individualité.

En interprétant tous les comportements par le besoin d'unité, nous comprenons les motifs ou tendances particuliers comme une expression du motif principal, visant différents objectifs immédiats comme des moyens nécessaires à la finalité. Puisque le motif général apparaît toujours sous la forme d'un motif particulier, toutefois, il n'est jamais directement accessible à l'introspection et ne peut pas devenir conscient excepté comme le principe d'une abstraction logique. Le changement de situation présente des série de problèmes continus et d'ajustements, mais l'organisation peut effectuer un mouvement unifié seulement dans une direction à la fois. De cette manière, nous évitons l'hypothèse d'un réservoir primitif de motifs, représentés dans le modèle freudien par l'idaho (côté camouflé de la personnalité) ou le besoin de nombreux instincts ou dynamiques indépendants comme postule McDougall.

ORGANISATION INTERNE ET APPARTENANCE AUX GROUPES

Freud reconnaît clairement le principe d'unité dans son concept d'instinct de vie ou d'amour, même s'il le considère non pas comme majeur mais comme dérivant de l'instinct sexuel. L'instinct de vie est contrasté, cependant, avec l'instinct de mort, de haine, qui divise la personnalité encore et conçoit le conflit comme un principe fondamental. Cette contradiction est évitée quand, en accord avec notre vision, la direction de la dérivation peut être réversible. La motivation pour le sexe doit être pensée comme visant en définitive l'accomplissement de l'unité tout comme les autres motivations. La lutte pour l'unité est constante, la lutte pour la satisfaction sexuelle variable, plutôt que le contraire.

L'organisation des valeurs individuelles se manifeste toujours dans la régularité du comportement de l'individu. L'organisation ne définit pas seulement son rôle dans la vie, mais lui fournit des normes qu'il se sent obligé de maintenir. Ces normes deviennent visibles si nous ne regardons pas les détails de ses mouvements physiques mais appréhendons son comportement comme une transformation de ces normes en action.

Le comportement vraisemblable d'un enfant, comme indiqué soit par des tests soit par une observation générale est donc expliqué par le principe cohérent interne comme le résultat exprimé de normes internes fixées de façon relative. On reproche souvent à ces tests de baser leur validité sur la mesure des capacités de l'enfant. Tout ce qu'un test peut mesurer, cependant, est le niveau de performance qui est caractéristique de l'enfant au moment où le test a été réalisé. Ce n'est pas le test qui est fiable, c'est l'enfant. Nous ne pouvons interpréter ce score simplement comme une mesure de capacité à moins que nous ne prenions pas en compte le problème de la résistance dans sa globalité, et supposons non seulement la présence de capacités spécifiques, mais aussi la motivation à les utiliser jusqu'au bout.

Il est important de ne pas confondre ces normes psychologiques internes avec toutes les normes externes auxquelles un individu devrait se plier pour se comporter. Il n'y a rien à faire pour éviter qu'une personne accepte ces normes externes comme siennes et les utilise dans son système. Tous les membres d'une famille, par exemple, se définissent comme membres de la famille et agiront en cohérence avec cette définition. Nous nous percevons également comme appartenant à un groupe plus large, par exemple comme travaillant dans les sciences, comme étant tous Américains, membres de la race humaine etc. Si nous acceptons ces définitions de nous-mêmes comme membres d'un groupe, il est tout aussi nécessaire de maintenir ces définitions que de maintenir des définitions de nous même comme des individus isolés. Pourtant, si une personne ne les accepte pas, elle ne les maintiendra pas. La criminalité en est un exemple évident.

ÉVOLUTION DE LA PLACE DU PÈRE DANS LA CELLULE FAMILIALE

Considérons donc l'individu comme un système unifié avec deux sortes de problèmes – un problème pour préserver l'harmonie interne et l'autre pour préserver l'harmonie avec son environnement, plus spécifiquement son environnement social dans lequel il évolue. Pour comprendre l'environnement, il doit garder ses interprétations cohérentes avec son expérience, mais pour conserver son individualité, il doit organiser ses interprétations afin qu'elles forment un système interne cohérent. Cette cohésion n'est pas objective, bien sûr, mais subjective et entièrement individuelle.

La personnalité se développe comme le résultat des contacts réels avec le monde et incorpore en soi les significations dérivées de contacts externes. C'est essentiellement une organisation de l'expérience comme un tout intégratif.

Seules les situations qui entrent en résonnance avec l'expérience de l'individu entrent dans la personnalité et doivent être reprises. Idéalement, donc, nous devrions commencer par déterminer la nature de l'expérience individuelle, particulièrement dans ses premières années et observer la manière dont cette expérience est organisée. Mais d'un point de vue pratique, c'est impossible; à la place nous devons déduire l'organisation de la façon dont ses situations présentes sont traitées. C'est pourquoi les explications mécaniques sont inutiles. Nous avons les moyens d'obtenir suffisamment de données pertinentes avec lesquelles travailler, mais la véritable mission est de créer depuis les données une conception du sujet qui va nous donner un aperçu de son comportement et révéler sa cohérence et son objectif.

Le facteur le plus constant dans l'expérience d'un individu est lui-même et l'interprétation de son propre sens: le type de personne qu'il est, la place qu'il occupe dans le monde, semble représenter le centre du noyau de la personnalité. Le deuxième facteur le plus constant comme une règle dans le cycle de l'expérience de l'enfant, et par conséquent l'élément le plus important de l'organisation, est la mère. Si nous réfléchissons à la personnalité du bébé comme fait de ces deux éléments seulement, il est clair que le premier problème majeur auquel l'organisation doit faire face est l'assimilation du père.

La tâche est rude. Le père n'entre dans la relation à l'enfant que vers l'âge de 2 ans et son incorporation dans le système nécessite que les valeurs déjà établies au regard du soi et de la mère soit altéré. Par conséquent, l'entrée du père ne signifie pas seulement que la personnalité est élargie à ce point, mais aussi qu'il doit y avoir une réorganisation du processus. Cette tâche est inévitable. L'enfant est en quelque sorte dans la même position que le chien de Pavlov dans une harnais puisqu'il ne peut échapper à la situation, il doit apprendre à évaluer la situation de façon plus réaliste (le principe de réalité de Freud) et unifier son attitude vers un champ d'expériences plus large

PRINCIPE D'ASSIMILATION

Il n'est pas nécessaire de montrer qu'assimiler le père signifie vraiment assimiler des situations dans lequel le père joue un rôle. Et comme certaines situations paternelles deviendront naturellement plus difficiles que d'autres à assimiler, il est évident que les attitudes d'acceptation et de rejet vont fluctuer. D'une certaine manière, nous obtenons ce qui semble être une explication raisonnable de « l'attitude ambivalente » vis-à-vis du père. L'ambivalence doit donc être attribuée non pas à la perte de la répression mais comme une variabilité de l'attitude du père, il est accepté quand il agit d'une façon, rejeté quand il agit d'une autre.

En réalité, nous remarquons souvent une ambivalence similaire dans l'attitude vis-à-vis des frères et sœurs. Un nouveau né, en particulier, comme Adler l'a montré, prive l'enfant aîné de l'attention de sa mère et rencontre souvent l'hostilité pour ces raisons. Quand l'assimilation commence, toutefois, l'attitude change d'avant en arrière jusqu'à ce que l'acceptation prédomine. Le passage à l'Œdipe n'est pas différent et en vérité ne peut être traité comme un problème isolé en soi; bien que la nature de l'ajustement à ce problème qui est réalisé aura naturellement des conséquences importantes.

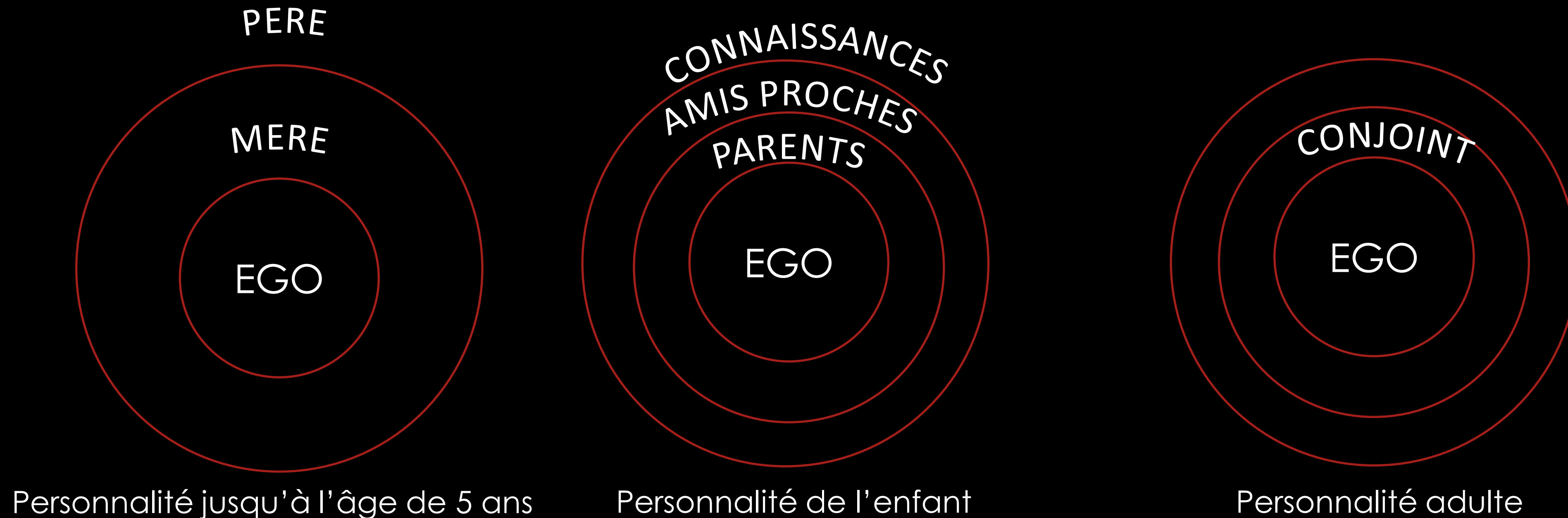
Quand l'enfant atteint l'âge de 5 ans, à en croire les psychanalystes, la haine du père a été supprimée et l'attitude consciente est celle de l'amour. A ce moment, la période de latente débute et la libido décline pour se réveiller à la puberté. Anna Freud écrit « plutôt que conserver avec les développements futurs de l'enfant, les impulsions sexuelles perdent à présent graduellement leur énergie, leur libido, comme les psychanalystes l'appellent. La lutte pour le plaisir s'estompe de plus en plus au deuxième plan ». Pourtant, il semble plus raisonnable de supposer qu'après l'âge de 5 ans, l'enfant sera parvenu à assimiler les situations paternelles les plus fréquentes et typiques et aura donc acquis cette liberté du conflit et des émotions grâce à l'apprentissage continu. Le changement de comportement peut être expliqué sans la théorie d'une mystérieuse mais temporaire perte d'énergie sexuelle. De notre point de vue, un tel changement est une question de nécessité car si l'attitude de rejet prise originellement vis-à-vis du père était unifiée, cela induirait tout ce qui est associé au père, dont la mère.

Mais si l'âge de 4 ou 5 ans marque la fin de l'assimilation des conventions domestiques, il indique aussi le début d'une nouvelle tâche. L'enfant commence maintenant à rencontrer des enfants de son âge à l'extérieur de la maison. Son cercle d'expérience à l'école et dans les aires de jeux, plus particulièrement les situations sociales qui présentent des problèmes supplémentaires. Les amitiés se forment, de nouvelles personnes sont incorporées dans l'organisation ainsi que des ajustement correspondant pour les valeurs de soi et des parents. Cette période semble avoir la fonction de préparer l'enfant à la coopération sociale. La personnalité est consolidée et renforcée et de nouveaux appuis sont développés à l'extérieur du cercle familial. C'est donc le commencement de l'indépendance vis-à-vis de la famille.

SÉPARATION D'AVEC LA FAMILLE ET RECOMPOSITION DE L'ORGANISATION

Avec l'adolescence, cependant, un changement crucial et difficile doit opérer dans la structure de l'organisation, des crises émotionnelles similaires à celles rencontrées dans le jeune âge réapparaissent fréquemment. Ce changement qui généralement nécessite plusieurs années pour s'accomplir est le déplacement du parent de sa position initiale par un membre du sexe opposé. Il est parfois accompagné de rébellion contre l'autorité parentale qui à son tour doivent ajuster leur comportements. Durant cette période d'instabilité et de réorganisation, quand l'adolescent revoit ses valeurs passées et change entièrement ses objectifs de vie, le besoin d'unité est encore plus grand. Cela peut se traduire par un intérêt pour les religions, l'idéalisme, et la volonté d'appartenance à des groupes sociaux.

Pour le moment, cette courte description devrait suffire. Nous allons tenter de représenter graphiquement l'organisation des valeurs comme un concept structurel défini. Leur forme sera représentée par une sphère, avec le concept d'égo en son centre, le concept des parents proche du centre, les amis proches, les connaissances et rencontres en périphérie. C'est une représentation typique durant l'enfance. Après la puberté, il y a une altération typique des relations originelles: les parents sont petit à petit déplacés depuis leur position centrale par de nouveaux venus, généralement des connaissances et des amis, qui sont finalement acceptés comme des pairs. Donc, une nouvelle constellation de valeurs est établie avec le mari ou la femme et les enfants comme dans la première représentation de l'organisation.



Personnalité jusqu'à l'âge de 5 ans

Personnalité de l'enfant

Personnalité adulte

UTILITÉ DE LA RÉSISTANCE

Ce point, nous semble t-il, domine chez les théoriciens modernes qui aimeraient abolir les règles domestiques et établir une forme de ségrégation en rassemblant les enfants dans des communautés d'enfants sous des raisons scientifiques en dehors de lien à des adultes. On ne peut affirmer que les valeurs adultes sont innées ou instinctives pour l'enfant, et si elles ne sont pas obtenues par identification aux adultes, il est difficile de voir de quelles autres sources elles peuvent provenir. Il est suffisamment facile de créer des Utopies où le comportement est considéré comme une performance automatique d'habitudes mécaniques, mais le problème d'établir une conception de la vie pour l'enfant qui fonctionnera bénéfiquement ne peut être approché de façon si optimiste.

La résistance est l'opposé de l'assimilation et de l'apprentissage et représente le refus de réorganiser les valeurs, plus précisément les valeurs de l'égo. Avec l'âge, bien sûr, les valeurs s'établissent plus fermement, et l'adaptabilité diminue. Pour le psychiatre, la lutte du patient pour conserver son organisation semble être le symptôme de la perversité. Pour l'éducateur, elle semble un obstacle à l'apprentissage. Mais si nous voulons vraiment comprendre ces résistances, nous devons les voir non pas comme des manifestations neuronales ou anormales, mais comme des outils naturels complets pour éviter la réorganisation. Si une personne était capable de s'adapter instantanément comme il est parfois attendu, elle n'aurait pas de personnalité.

Que la résistance soit considérée comme souhaitable ou non est donc simplement une question de point de vue. La loyauté à des valeurs individuelles peut interférer avec les efforts pour les changer, mais cette loyauté est également la source de l'honnêteté et de l'intégrité.

L'exemple suivant va illustrer que la résistance à apprendre a également un aspect positif. Pendant des années, les difficultés d'apprentissage des garçons dans la lecture comparés aux filles qui avaient reçu la même instruction a été reconnue largement, particulièrement dans le primaire. Nous avons découvert que ces différences sont dûes non pas à un manque de capacités de la part des garçons, mais dans le manque de supports matériels adaptés aux garçons. Le garçon de 6 ou 8 ans, commençant seulement à apprendre la lecture est généralement concerné par la conservation de la conception qu'il a de lui-même comme appartenant à un groupe mâle. Il aime jouer au cowboy et aux Indiens. Il essaie de ne pas pleurer quand il reçoit un coup. Pourtant, ce garçon, lorsque la leçon de lecture débute, doit se tenir debout devant ses camarades et lire « la petite poule dit « Cot! Cot! Cot! » » ou quelque chose de similaire qui n'est pas cohérente avec sa représentation de la façon dont il devrait se comporter. Etre obligé de lire de telles choses à voix haute; particulièrement en présence des autres, n'est pas cohérent avec sa vision des valeurs masculines. Si un garçon tente de conserver ses normes masculines pendant la récréation, il ne va abandonner ses valeur seulement parce qu'il passe de la cour de récréation à la salle de classe. Quand les livres sur les chemins de fer ou les avions sont proposés, ils servent de support à ces valeurs et sont avidement assimilés. En résumé, la déficience supposée dans l'apprentissage de la lecture n'a jamais été une déficience excepté dans le système scolaire, mais au contraire la manifestation d'une résistance globale normale et souhaitable

VARIATION DES ÉMOTIONS, UNE LUTTE POUR L'UNITÉ

Dans la pensée freudienne, la résistance est interprétée comme le désir du patient de conserver des névroses; tandis que nous l'interprétons comme le désir de conserver sa personnalité. Cela nous permet de dire que ce que les psychanalystes appellent les névroses et ce que nous nommons personnalité est virtuellement identique. Le patient cherche à se défendre, non d'une maladie mentale que l'analyste tente de retirer mais d'une vision de la vie que l'analyste tente de modifier. Alors que nous pensons que la vision de vie d'une personne est inconsciente dans le sens qu'elle n'a pas été formulée consciemment comme un tout, cependant, nous ne pouvons guère attribuer l'inconscience au mécanisme de répression.

La variété des états émotionnels ne peut être traitée indépendamment, mais doit être considérée comme les différents aspects d'une motivation unique: la lutte pour l'unité.

Par exemple, l'amour est une émotion subjective ressentie vis-à-vis d'une personne ou d'un objet assimilé et servant de soutien solide de l'idée de soi. La tristesse est ressentie lorsque la personnalité doit être réorganisée à cause de la peur de perdre un de ses soutiens. La haine et la rage sont des impulsions de rejet et de destruction ressentis vis-à-vis d'objets inassimilables. L'horreur intervient quand une situation apparaît soudainement et que nous ne sommes pas prêt à assimiler, comme la vue d'un terrible accident.

Les expériences qui augmentent le sens de l'unité psychologique et la force font naître les émotions de joie et des sentiments de plaisir. Par moments, le propre comportement d'une personne peut violer sa conception de lui-même, produisant des sentiments de remord et de culpabilité. Dans ce cas, l'insulte faite à lui-même peut être éliminée soit par une réinterprétation, soit en cherchant une punition suffisante pour égaler l'insulte. La peur est ressentie lorsqu'on ne peut trouver aucune solution adéquate au problème, cela est dû à une désorganisation de la dynamique.

De notre point de vue, l'émotion est un concept nécessaire seulement quand le problème de comportement est décrit précisément. Une théorie psychologique qui conçoit la motivation comme un phénomène d'organisation n'a pas besoin de concept des émotions.

Réfléchir comme cela revient à unifier l'organisation des idées. La logique et l'émotion ne sont pas ainsi en conflit mais travaillent ensemble dans un intérêt commun. Si la plupart de nos réflexions paraissent avoir pour but de seulement rationaliser notre comportement pour le rendre plus cohérent, à défendre des conclusions toutes faites ou justifier des positions déjà établies, cela est en vérité ce à quoi nous pouvons nous attendre sous de telles circonstances.

THÉORIE DE LA RÉPRESSION

La théorie freudienne de la répression qui est considérée comme la pierre angulaire de la théorie psychanalytique a connu tant de révisions que la véritable signification du concept est en quelque sorte douteux. L'idée générale, semble être, cependant que les émotions niées sont supprimées dans l'inconscient d'où par la suite elles recherchent continuellement à s'échapper. Il n'y a aucun doute que dans certains cas cette explication semble assez plausible, mais dans la mesure où cela présuppose l'existence de l'émotion comme une entité séparée nous sommes obligés de rejeter la théorie de la répression et nous devons chercher à réinterpréter le phénomène du point de vue de l'organisation.

Prenons, par exemple, le problème psychologique soulevé lorsqu'une personne se sent insultée. Cela signifie qu'il y a eu poussée dans son expérience de sa valeur propre ou de que quelqu'un à qui il s'est identifié qu'il ne peut assimiler. Cette incohérence est source de déséquilibres et à moins que la personne responsable « reprenne » l'insulte, le déséquilibre continuera. Si elle refuse « de la reprendre », il y a une impulsion de représailles. La valeur basse semble éliminée en retournant l'insulte à l'auteur.

Mais supposons, que pour des raisons pratiques, l'insulte ne puisse être renvoyée à son auteur, que se passe t-il alors? Doit-on dire comme Freud que l'énergie (l'instinct de mort) subit la répression dans le réservoir du côté camouflé de la personnalité pour par la suite chercher une expression lorsque l'instinct de vie est moins actif, ou doit-on plutôt dire que l'organisation continue à lutter pour retirer l'incohérence et s'unifier?

Pour répondre à cette question, considérons l'évidence du comportement primitif auquel Freud lui-même a recours. Comment la théorie de la répression peut-elle être d'un recours pour l'équilibre parfait entre la blessure et les représailles fournies dans les codes de vengeance primitifs, ou la conception que la justice ne sera jamais faite tant que la punition infligée est cohérente avec le crime? Clairement, le motif est de corriger la situation et de la rendre plus assimilable. Nous citons une illustration de la loi hébraïque comme donnée à Leviticus, XXIV, 18-20: « Et celui qui tue un monstre le fera bien, monstre pour monstre. Et si un homme salit son voisin, comme il l'a fait, alors cela doit lui être fait, violation pour violation, œil pour œil, dent pour dent, puisqu'il a souillé un homme, alors cela doit lui être fait encore. Et celui qui a tué le monstre, il le restaurera; et celui qui tue un homme, il devra être mis à mort »

L'impulsion de mesures de représailles naît quand une personne a été insultée ou traitée de façon injuste est donc non pas une accumulation d'énergie attendant d'être évacuée, mais un effort intentionnel de l'organisation pour se débarrasser de son incohérence.

COMPORTEMENTS PAR RAPPORT A LA LUMIÈRE

Chez les végétaux

LES PLANTES UTILISENT LEUR HORLOGE INTERNE POUR SE PRÉPARER À L'ATTAQUE

Les biologistes de l'Université de Rice (Houston, Texas) ont découvert que, tandis que les plantes semblent assez inactives pendant la journée, elles se préparent subrepticement pour la bataille avec les insectes affamés.

Quand vous passez à coté d'une plante, elle ne semble pas être en pleine activité et pourtant, si ! mais tout ce passe au niveau génétique selon Janet Braam, l'une des enquêtrices sur une nouvelle étude, qui apparaît dans les Actes de l'Académie nationale des sciences (lien plus bas). "Il est curieux de voir l'ensemble de cette activité au niveau génétique. C'est comme regarder une forteresse assiégée se mettre en état d'alerte."

Les biologistes savent depuis longtemps que les plantes ont une horloge interne qui leur permet de mesurer le passage du temps, indépendamment des conditions de lumière. Certaines plantes déplacent leurs feuilles pour suivre le soleil durant la journée, mais ensuite "réinitialisent" leurs feuilles pendant la nuit pour les déplacer en arrière, vers l'est, en prévision du lever du soleil. Des études récentes ont utilisé des outils génétiques pour étudier les rythmes circadiens de plantes. Les chercheurs ont découvert que jusqu'à un tiers des gènes dans la plante Arabidopsis thaliana (aussi connu sous le nom d'arabette des dames) sont activés par leur cycle circadien. Certains des gènes circadiens régulés sont liés aux réponses à la blessure ou à la guérison, ce qui signifie qu'elles peuvent s'attendre à une attaque d'insectes, alors qu'elles anticipent le lever du soleil.

MÉCANISMES DE DÉFENSE ET RYTHME CIRCADIEN

Du fait de la rotation de la Terre, nous sommes soumis à une expérimentation de l'environnement d'une périodicité de 24 heures. En conséquence, la plupart des organismes biologiques ont développé une horloge interne qui permet à l'organisme de synchroniser son comportement et même anticiper les changements avant qu'ils n'apparaissent.

Les plantes utilisent le rythme circadien pour améliorer leur défense contre les attaques comme celles des insectes. Elles paraissent passives, mais elles sont en réalité très sensibles à leur environnement grâce à leur horloge interne. Elles peuvent utiliser ces informations pour anticiper le moment où un insecte va les attaquer. Leur système hormonal induit des réactions afin qu'elle génère, un certain nombre de métabolites anti-herbivores (des molécules chimiques qui vont rendre l'herbivore malade)

Le nombre d'hormones augmente à un certain stade de la journée afin de préparer la plante à activer tous les gènes de défense

Étude publiée sur la revue "peer-reviewed" PNAS : Arabidopsis synchronizes jasmonate-mediated defense with insect circadian behavior

INFLUENCE DE LA LUMIÈRE SUR LES PLANTES

D'après http://influencedelalumiere.blogspot.fr/

Les plantes sont sensibles aux radiations rouges du spectre lumineux. Cette sensibilité provient du photorécepteur de la lumière rouge qu'elles possèdent. Le récepteur est un pigment bleu-vert nommé « phytochrome », qui se trouve dans les cellules végétales.

La lumière rouge influence les plantes de diverses façons. Les plantes cultivées sous une lumière rouge abondante sont souvent grosses, mais également hautes et portent de nombreuses branches. Si le photorécepteur capte une grande quantité de lumière rouge naturelle, par exemple en été, lorsqu'elle est abondante, la production d'une hormone végétale (la méta-topoline) s'accroît. Cette hormone empêche la chlorophylle de la plante de se dégrader pour qu'elle demeure verte au printemps et à l'été.

Les plantes voient la lumière bleue comme elles voient la lumière rouge, en utilisant un photorécepteur nommé « cryptochrome ». Les plantes exposées à une lumière bleuâtre sont souvent courtes et buissonnantes, avec une structure plus robuste. Des expériences avec de la lumière bleue ont donné des plantes plus larges que la moyenne. S'il y a beaucoup de lumière bleue, comme cela se produit naturellement durant l'automne et l'hiver, ce récepteur ralentit les effets d'une hormone nommée « auxine ».

Les plantes sont à peine sensibles à la lumière verte. Les plantes semblent ne percevoir que les couleurs pour lesquelles elles ont un récepteur précis, or elles ne possèdent pas de récepteurs sensibles aux radiations lumineuses vertes.

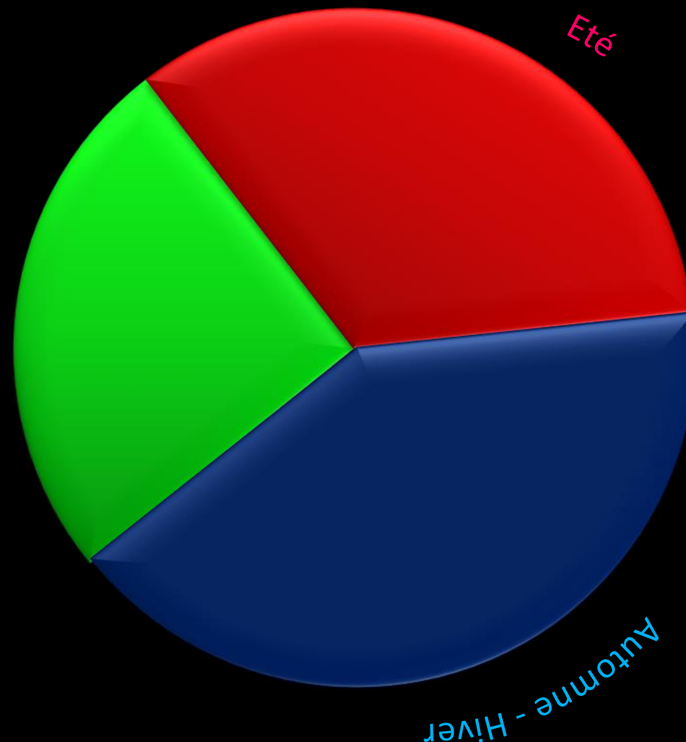
Ce qui pourrait expliquer l'utilisation de lumières bleues et rouges dans des serres. En effet, elles favoriseraient ainsi la croissance en largeur et en hauteur des végétaux, ce qui accroitrait la production, et permettrait de faire des économies d'énergie, en évitant l'utilisation de lumières blanches fortes (lampes halogènes).

De plus, la direction de la lumière a une grande influence sur la croissance. En effet, l'auxine, une hormone, se trouve dans les parties les plus exposées au soleil des plantes.

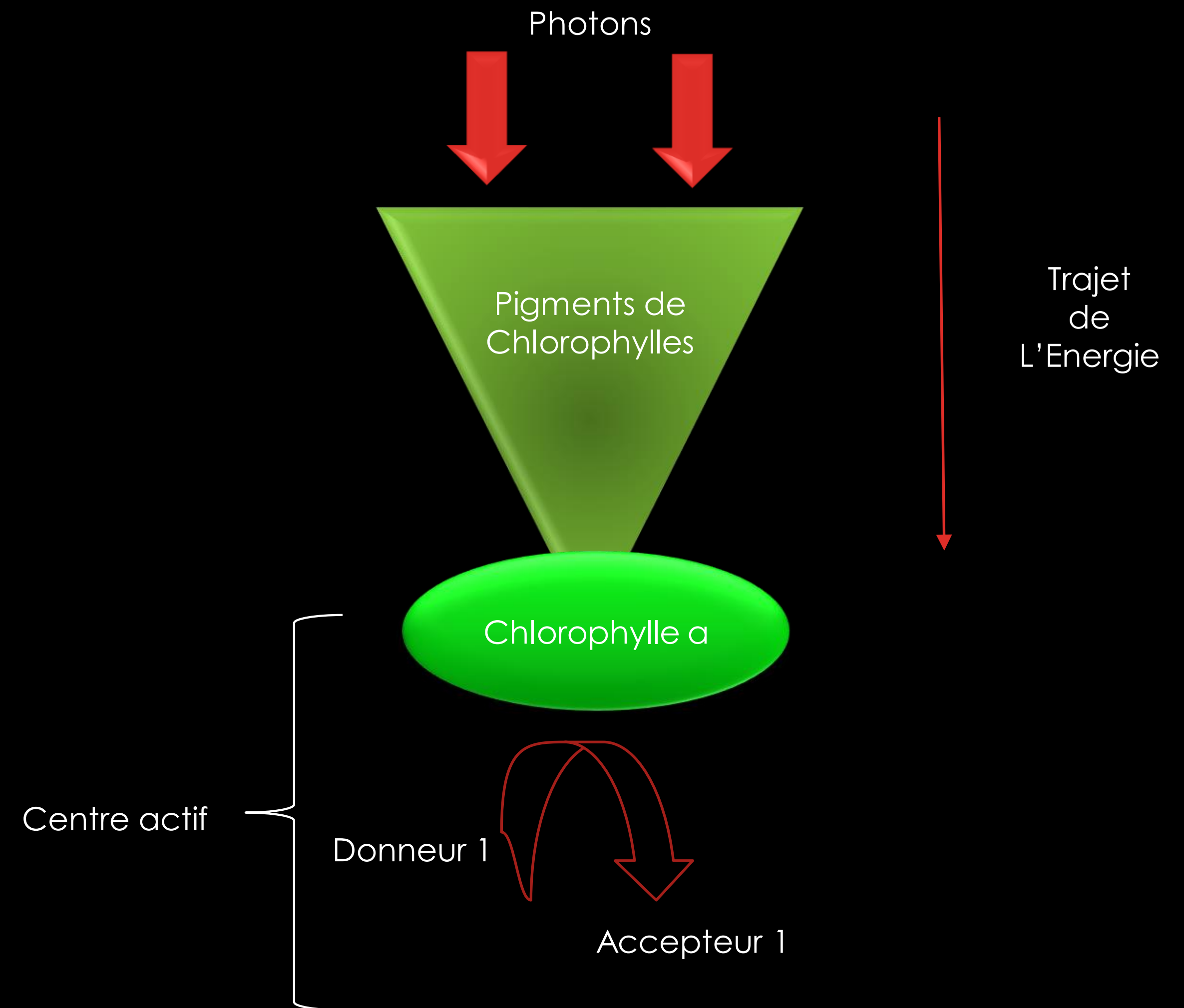
INFLUENCE DE LA LUMIÈRE SUR LES PLANTES

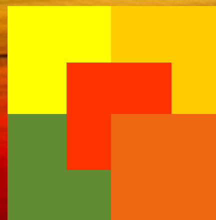
Exposition à la lumière Rouge
Plantes hautes, grosses
avec de nombreuses branches

Exposition à la lumière Verte
Les plantes ne possèdent pas de récepteurs pour la couleur verte
Elles sont peu sensibles à la lumière verte



Exposition à la lumière Bleue
Plantes courtes et buissonnantes
Structure robuste





INFLUENCE DE LA LUMIÈRE PIGMENTS VÉGÉTAUX

La photosynthèse est le processus bioénergétique qui permet aux plantes de fabriquer de la matière organique en utilisant la lumière du Soleil (conversion de l'énergie du soleil en énergie chimique). Pour cela, de l'eau, du dioxyde de carbone et des sels minéraux sont indispensables. Elle est à la base de l'autotrophie des végétaux, c'est-à-dire leur autonomie : ils sont capables de satisfaire eux-mêmes leurs besoins alimentaires, contrairement aux animaux qui ont besoin de se nourrir afin de créer de l'énergie. C'est un phénomène métabolique (c'est-à-dire par lequel les cellules d'un organisme transforment et utilisent l'énergie, se développent et se renouvellent) grâce auquel les plantes vertes utilisent l'énergie lumineuse pour synthétiser les corps carboniques, notamment les glucides à partir de l'eau et du gaz carbonique disponible dans son milieu

Dans les organites cellulaires des feuilles et tiges qu'on appelle des chloroplastes, se trouvent les pigments qui participent à la photosynthèse. On y trouve les **chlorophylles** vertes **a** et **b**, les **xanthophylles** jaunes et de couleur jaune orangé et les **carotènes** de couleur orange à rouge orangé. Les pigments chlorophylliens sont prédominants dans la photosynthèse et sont actifs lorsque les températures extérieures leur sont favorables (printemps-été)

Pour les caducs (les arbres qui ne gardent pas leurs feuilles en hiver), lorsque la plante entre en repos hivernal, elle doit mobiliser dans ses réserves car la photosynthèse chlorophyllienne n'est plus rentable avec le manque d'énergie solaire. La plante va donc alors dégrader sa chlorophylle pour récupérer un maximum d'énergie et laisse la place aux autres pigments, comme les xanthophylles et les carotènes, donnant à la feuille ses belles couleurs d'automne. Ces pigments-ci ont besoin de moins d'énergie et de ressource pour produire par photosynthèse les dernières réserves avant le dépérissement et la chute des feuilles.

La chlorophylle a et b absorbent essentiellement des radiations bleues et rouges. Les feuilles pigmentées apparaissent donc vertes, puisque la couleur verte est très peu absorbée par les pigments.

D'après *http://influencedelalumiere.blogspot.fr/*

L'ENSOLEILLEMENT

Une énergie renouvelable, inépuisable à l'échelle humaine

D'après *http://www.energieplus-lesite.be/index.php?id=16759*

Le soleil est un réacteur à fusion nucléaire qui fonctionne depuis 5 milliards d'années.
Par un processus de transformation d'hydrogène en hélium, il émet ainsi d'énormes quantités d'énergie dans l'espace (sa puissance est estimée à 63 500 kW/m²). Ces radiations s'échappent dans toutes les directions et voyagent à travers l'espace à la vitesse constante de 300 000 km à la seconde. Après avoir parcouru une distance d'environ 150 millions de kilomètres, l'irradiation solaire arrive à l'extérieur de l'atmosphère de la Terre avec une puissance d'environ 1 367 W/m². C'est ce qu'on appelle la constante solaire. La Terre, une petite boule comparée au Soleil, intercepte une si faible partie de l'énergie radiante du soleil que les rayons du soleil ainsi stoppés paraissent constituer un **faisceau parallèle**.

Énergie la plus abondante sur Terre, l'énergie solaire est à l'origine du cycle de l'eau, du vent et de la photosynthèse, elle-même à l'origine des énergies fossiles. C'est l'ensemble de la vie sur Terre qui dépend de cette source énergétique. Heureusement pour l'humanité, selon les astronomes, le soleil ne devrait pas s'éteindre avant 5 autres milliards d'années.

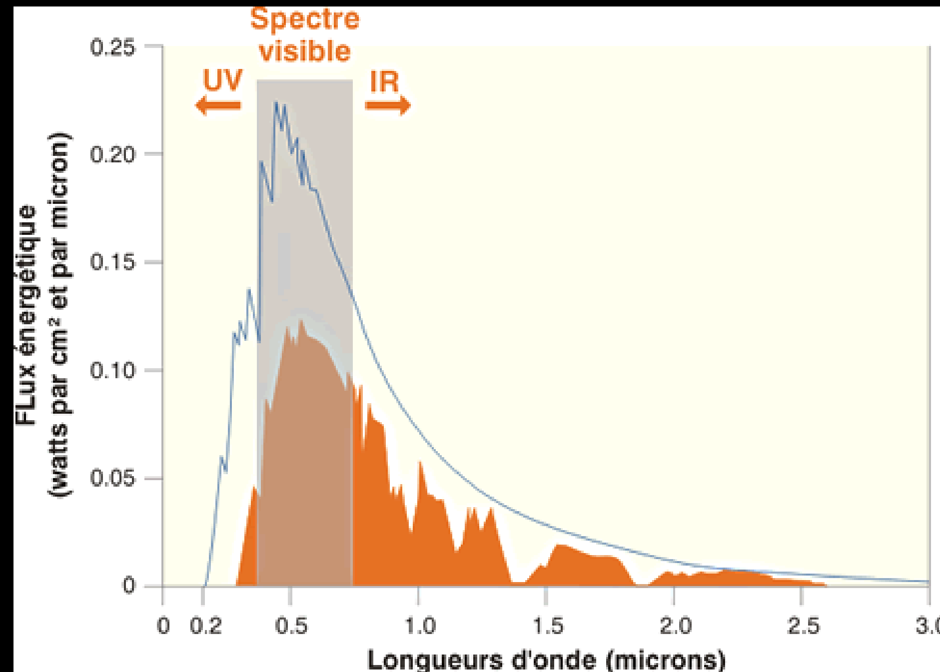
D'après http://www.energieplus-lesite.be/

Éruption solaire spectaculaire le 31/08/2016 Crédits : NASA/GSFC/SDO

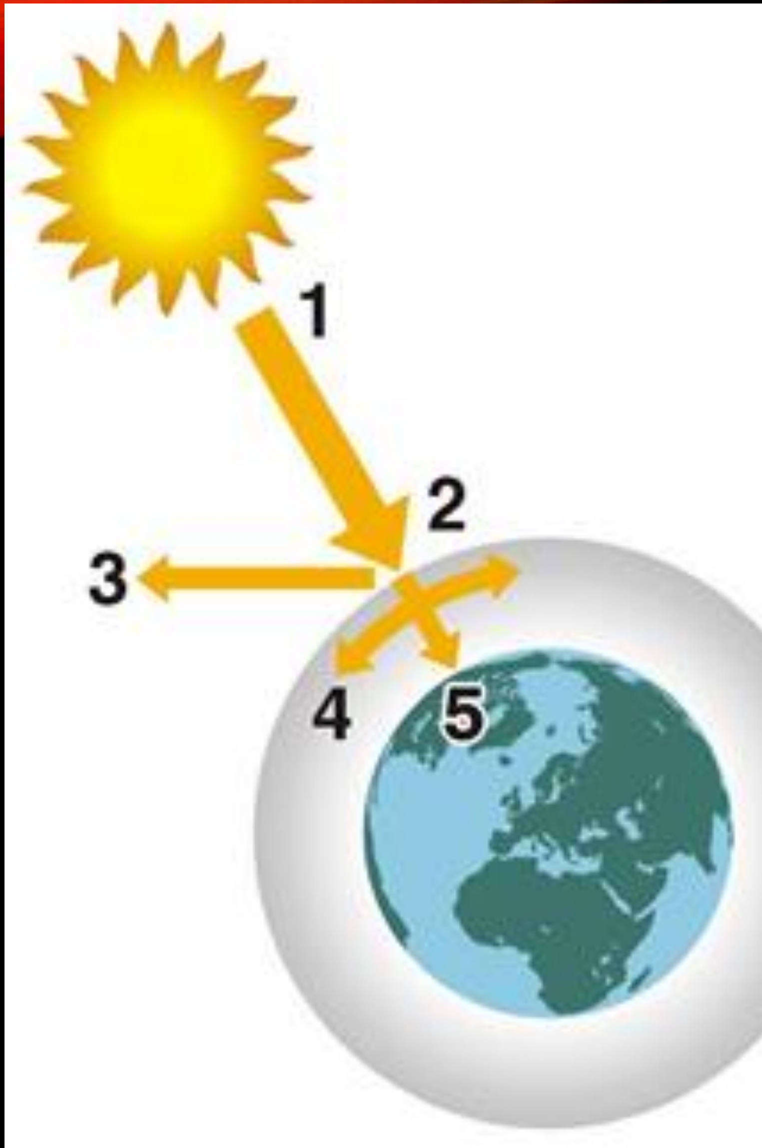
UNE ÉNERGIE DE FLUX, DIFFUSE ET INTERMITTENTE

Les théories actuelles présentent le rayonnement solaire comme une émission de particules. Ce flux de particules, appelées photons, atteint la terre avec différentes longueurs d'ondes à la quelle correspond une énergie spécifique.

La répartition énergétique des différentes longueurs d'ondes du rayonnement électromagnétique du Soleil est appelé spectre solaire.



D'après http://www.energieplus-lesite.be/index.php?id=16759



RAYONNEMENT SOLAIRE SUR LA TERRE

Avec sa température d'émission de 5 500°C, le soleil rayonne la plus grande partie de son énergie dans les hautes fréquences (courtes longueurs d'onde).

La lumière visible représente 46 % de l'énergie totale émise par le soleil. 49 % du rayonnement énergétique émis par le soleil se situe au-delà du rouge visible, dans l'infrarouge. C'est ce rayonnement que nous ressentons comme une onde de chaleur. Le reste du rayonnement solaire, l'ultraviolet, représente l'ensemble des radiations de longueur d'onde inférieure à celle de l'extrémité violette du spectre visible.

Au moins 35 % du rayonnement solaire intercepté par la Terre et son atmosphère sont **réfléchis** vers l'espace. Une partie du rayonnement qui atteint la Terre a été **diffusée** dans toutes les directions au cours de la traversée de l'atmosphère, en rencontrant des molécules d'air, des aérosols et des particules de poussière (c'est ce rayonnement diffus, appartenant notamment à la frange bleue du spectre visible qui est responsable de la couleur bleue du ciel clair). D'autre part, la vapeur d'eau, le gaz carbonique et l'ozone de l'atmosphère absorbent 10 à 15 % du rayonnement solaire. Le reste du rayonnement atteint directement la surface.

Outre la composition de l'atmosphère, le facteur le plus important pour évaluer la quantité du rayonnement solaire qui atteint la surface de la Terre est l'épaisseur d'atmosphère que le rayonnement doit traverser.

D'après http://www.energieplus-lesite.be/index.php?id=16759

PERCEPTION DE LA LUMIÈRE SOLAIRE AU COURS DE LA JOURNÉE

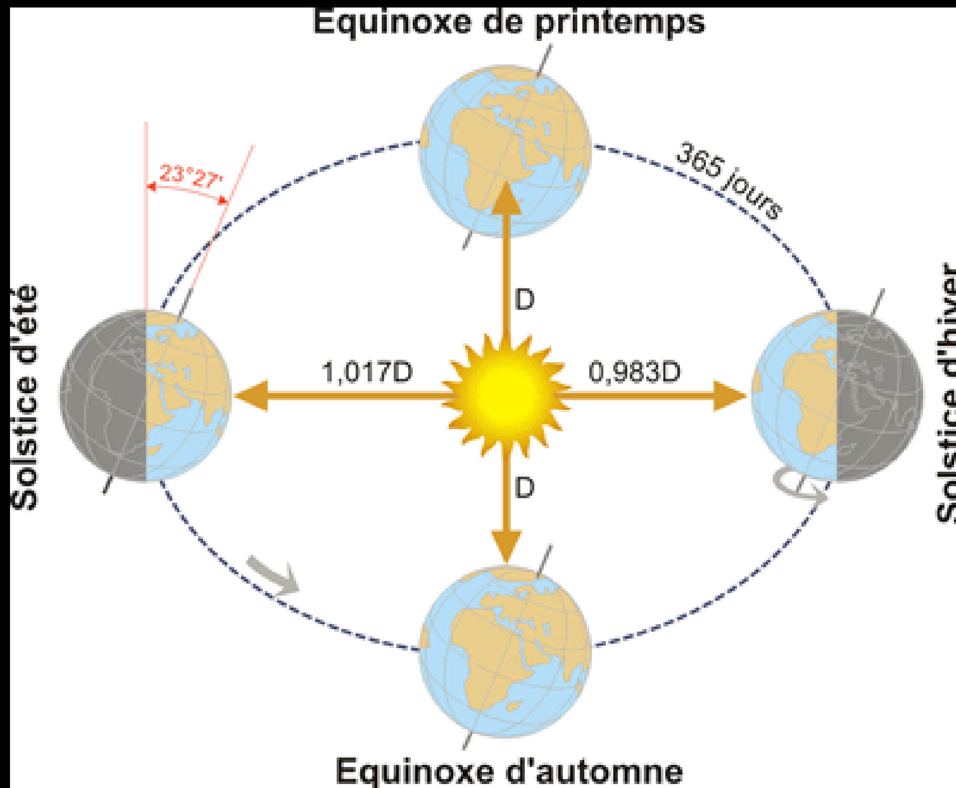
Au milieu du jour, le Soleil est au-dessus de nos têtes, et ses rayons ont à traverser une épaisseur d'air moindre avant d'arriver sur Terre. Mais au début et à la fin de la journée, le Soleil est bas sur l'horizon ; la traversée de l'atmosphère se fait alors plus longue. L'atmosphère absorbe et diffuse d'autant plus de particules de lumière qu'elle est plus épaisse et plus dense. Ainsi, au coucher du Soleil, les rayons sont suffisamment affaiblis pour permettre à l'œil humain de fixer le Soleil sans trop d'éblouissement. Par contre, lorsque l'altitude augmente, la couche d'atmosphère à traverser est plus réduite : dans les sites de montagnes, l'intensité du rayonnement augmente sensiblement.

L'épaisseur d'atmosphère traversée influence donc le spectre lumineux reçu. Les normes internationales définissent différents types de spectre : AM1 (pour air mass 1, lorsque le rayonnement a traversé une épaisseur d'atmosphère), AM0 (spectre à la surface externe de l'atmosphère), AM1.5 (spectre utilisé pour les tests standardisés des panneaux solaires correspondant à la traversée d'une atmosphère et demie).

Le rayonnement solaire reçu sur une surface varie donc au cours du temps en fonction de la position du Soleil et de la couverture nuageuse. La puissance solaire maximale à la surface de la Terre est d'environ 1 000 W/m² pour une surface perpendiculaire aux rayons.

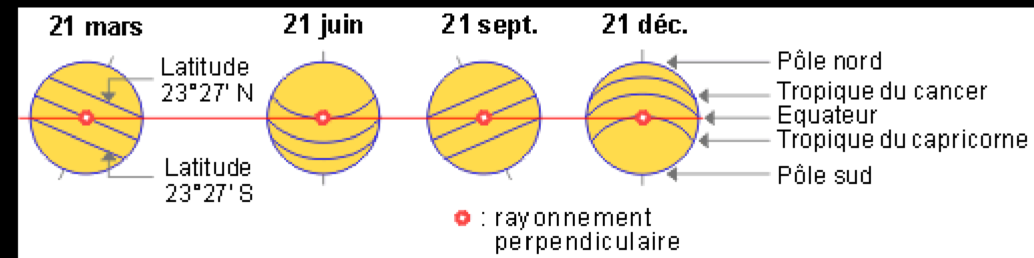
D'après http://www.energieplus-lesite.be/index.php?id=16759

LE MOUVEMENT TERRE - SOLEIL



La course de la Terre autour du Soleil décrit une ellipse légèrement aplatie. Dans cette ronde annuelle autour du Soleil, la Terre effectue un tour complet sur elle-même en 24 heures autour de l'axe des pôles. Cet axe nord - sud fait **un angle de 23°27'** avec la direction perpendiculaire au plan de l'orbite terrestre autour du Soleil.

Cette inclinaison est constante tout au long de la course autour du Soleil et est responsable des variations saisonnières Ainsi pendant nos mois d'hiver, en hémisphère nord la durée d'insolation est relativement courte et le Soleil n e monter pas très haut dans le ciel, tandis que l'été règne sur l'hémisphère sud. Pendant nos mois d'été, la situation est inversée, l'hémisphère nord est tourné vers le Soleil. Les jours sont alors plus longs que les nuits dans l'hémisphère nord et le rayonnement incident se rapproche de la verticale



D'après http://www.energieplus-lesite.be/index.php?id=16759

COURSE APPARENTE DU SOLEIL

Hauteur

70° 60° 50° 40° 30° 20° 10° 0°

Course apparente du soleil
pour chaque mois,
en fonction de l'heure

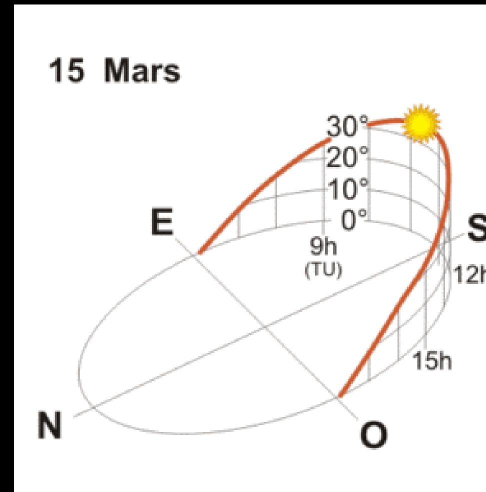
6.00 8.00 10.00 12.00 14.00 16.00 18.00

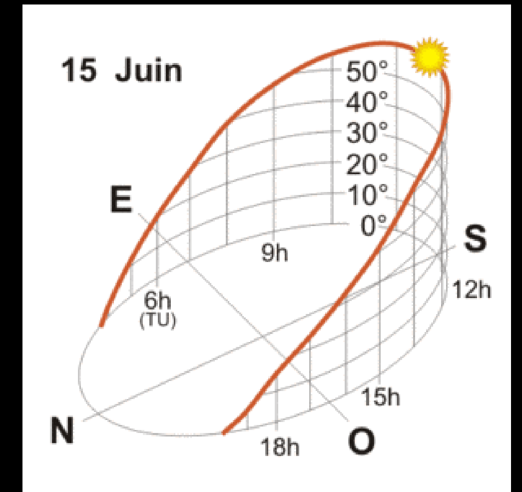
UCCLE

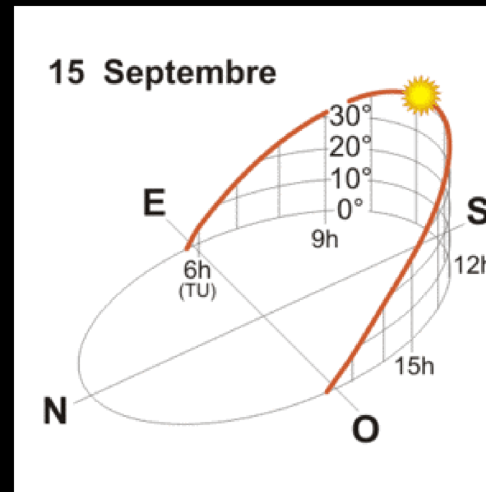
Azimuth

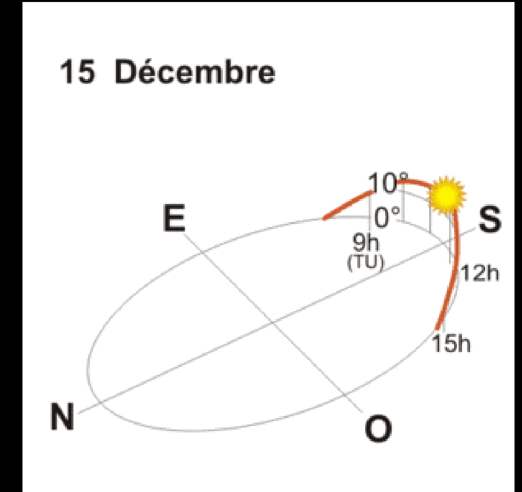
-135° N-E | -90° E | -45° S-E | 0° S | 45° S-O | 90° O | 135° N-O

Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre, Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin









D'après http://www.energieplus-lesite.be/index.php?id=16759

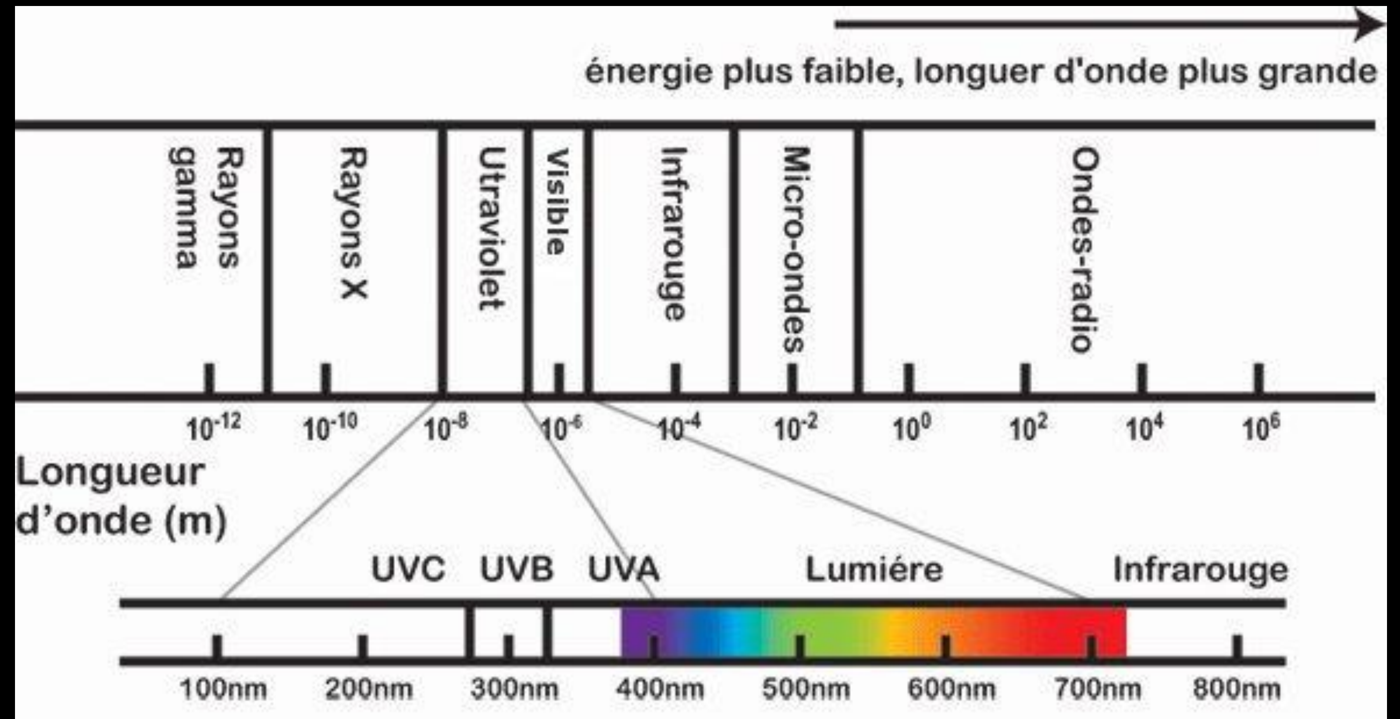
RISQUES LIÉS À L'EXPOSITION AU SOLEIL

Le rayonnement ultraviolet se divise en trois bandes :

1.Les UVA ont une longueur d'onde de 320 à 400 nm.
Bien que leur énergie soit inférieure à celle des UVB,
ils pénètrent dans le derme et sont responsables du bronzage immédiat, du vieillissement prématuré de la peau et peuvent jouer un rôle dans l'apparition de certains cancers de la peau.
Les UVA ne sont pas facilement absorbés par la couche d'ozone;
à peu près 95 % réussissent à la franchir.

2.Les UVB ont une longueur d'onde de 280 à 320 nm.
Ils ne pénètrent que la couche protectrice de l'épiderme.
Ils sont responsables du bronzage à long terme et des coups de soleil, ainsi que de la plupart des cancers de la peau. Une grande part des UVB est absorbée par la couche d'ozone; seulement 5 % se rendent à la surface de la terre.

3.Les UVC ont une longueur d'onde de 100 à 280 nm et sont les rayons UV qui ont le plus d'énergie. Ils sont très dangereux pour toutes les formes de vie (même à très faible dose). Par contre,
ils ne traversent pas la couche d'ozone et n'atteignent jamais la terre.
Ils sont créés de façon artificielle pour tuer des bactéries.



D'après *http://canadiensensante.gc.ca/*

APPROCHE COMPLÉMENTAIRE: LA CHROMOTHÉRAPIE

Sources: luminotherapie.ooreka.fr/comprendre/chromothérapie

CHROMOTHÉRAPIE

La couleur est un phénomène biologique cf: https://www.youtube.com/watch?v=FvbNrwjIrNU

La couleur thérapie est une méthode qui s'inspire de l'énergétique chinoise.

La chromothérapie consiste à exposer certaines parties du corps humain à une gamme de couleurs. Après un bilan chromatique personne, cela peut se faire par le biais d'un rayonnement lumineux appliqué :

- Par bain complet du corps dans l'environnement coloré.
- Par projection visuelle : cette couleur est alors directement projetée sur un point d'acupuncture, afin de traiter une affection.

Bon à savoir : il faut savoir que la lumière blanche est composée par l'association des couleurs primaires qui correspondent à différentes longueurs d'onde. Une simple diffraction, c'est-à-dire, séparation de ces différentes longueurs d'onde à l'aide d'un filtre, permet d'obtenir une couleur en particulier.

Elle peut se présenter de deux façons différentes :

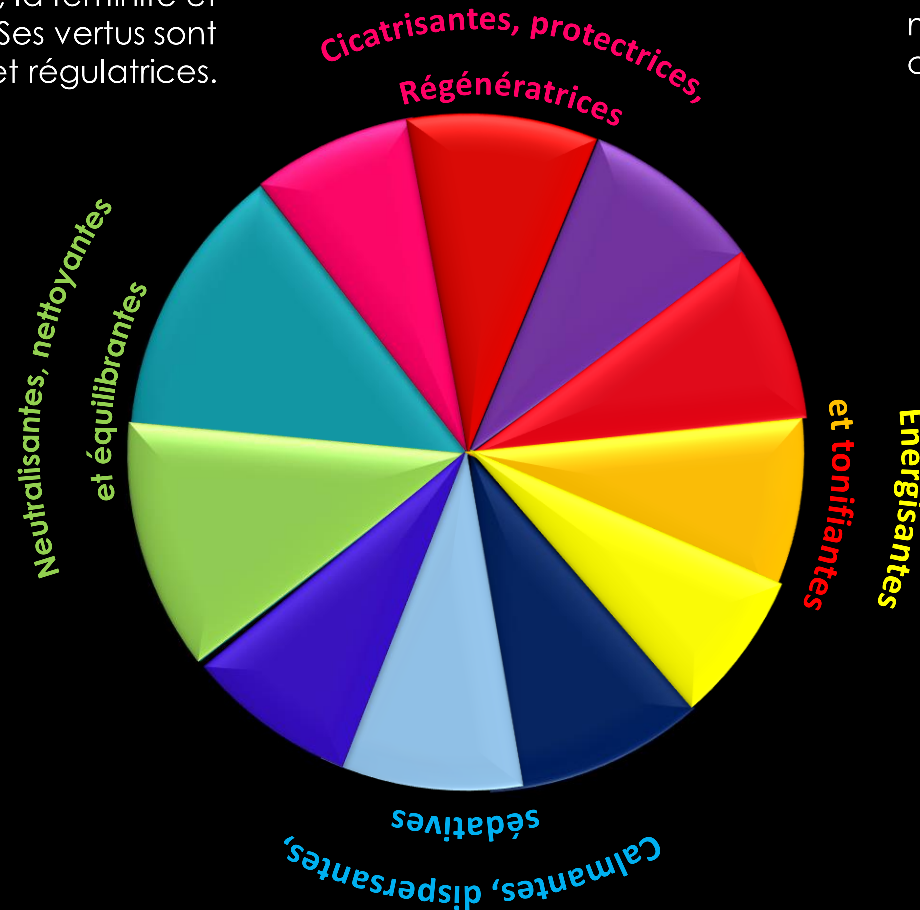
- la **couleur thérapie lumineuse** qui utilise de la lumière colorée ;
- la **couleur thérapie moléculaire** qui consiste en une application de pommade contenant un oligoélément adapté.

Nous n'évoquerons ici que la première méthode qui, elle seule, peut être employée par tout un chacun.

Magenta : représente la fusion, l'amour, le rêve mais également la vulnérabilité. On l'utilise comme rajeunissant et équilibrant cardiovasculaire, ou aphrodisiaque.

Écarlate : porte la fertilité, la féminité et l'enracinement, la terre. Ses vertus sont régénératrices et régulatrices.

Violet : est un immunostimulant, pour la circulation veineuse et contre les migraines. Il image l'esprit, la connaissance et la spiritualité.



Turquoise : mobilise les cycles chrono-biologiques. Il symbolise la transformation, l'évolution, l'élimination et la purification.

Rouge: Chaleur, vitalité
Engagement, Courage.
Permet de tonifier et dynamiser par ses vertus antianémiques

Orange: Excitant qui stimule l'adrénaline. Il caractérise les mouvements, les rythmes et symbolise l'émotion, le contact. On l'utilise en antidépresseur ou stimulant neurosensoriel.

Vert : a des vertus antiallergiques et antibiotiques. Il représente l'indépendance, la nature, la liberté mais aussi la solitude et l'apprentissage.

Jaune: Représente le soleil, la conscience, la lucidité, le rayonnement personnel. On s'en sert comme stimulant digestif et lymphatique, pour l'estomac et les glandes exocrines.

Outremer : est un inhibiteur et antistress. Il porte la tempérance, le calme et l'introspection.

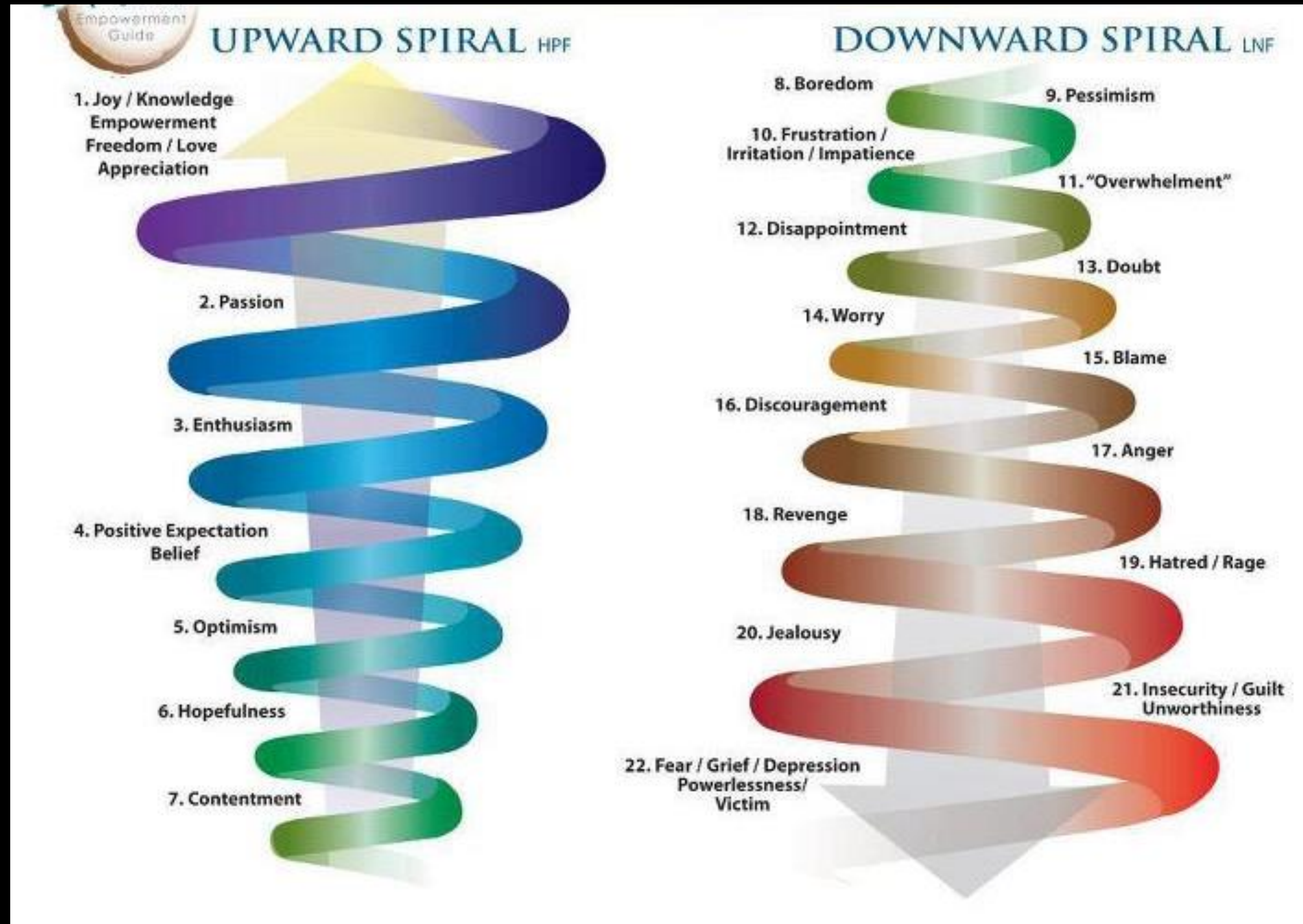
Bleu ciel: symbolise le souffle, la communication, l'échange, le partage. Il est anti-inflammatoire et rafraîchissant.

Bleu foncé: représente la nuit, l'inconscient, la méditation et la profondeur. On le préconise comme somnifère et antibactérien, dé tuméfiant. Il participe de la synchronisation entre les deux hémisphères cérébraux.

ECHELLES ÉMOTIONNELLES

Spirales ascendante:

- Joie, acquisition de connaissances, liberté, amour, appréciation
- Passion
- Enthousiasme
- Espérance, foi
- Optimisme
- Espoir
- Contentement



Spirales descendante:

- Ennui
- Pessimisme
- Frustration, irritation, impatience
- Accablement
- Déception
- Doutes
- Inquiétude
- Blâme
- Découragement
- Colère
- Revanche
- Haine, rage
- Jalousie
- Insécurité, culpabilité, perte de la dignité
- Peur, tristesse, dépression, victimisation

PHASE DU DIAGNOSTIC

Comme dans toute thérapie, le diagnostic est essentiel. La chose est encore plus vraie en couleur thérapie où le diagnostic oriente la totalité du traitement.

Il faut déterminer si la pathologie que l'on souhaite traiter est plutôt :

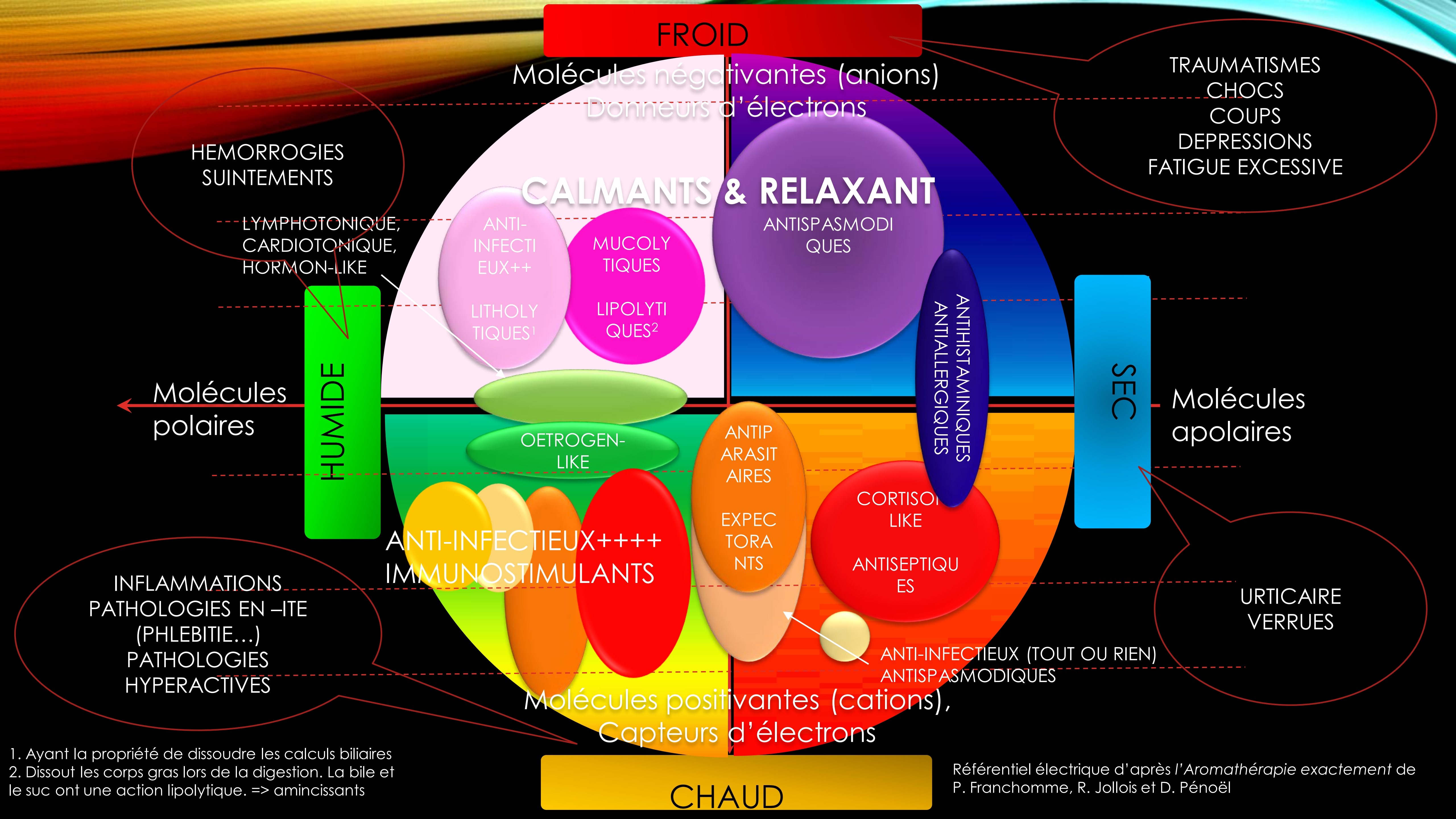
- chaude ;
- froide ;
- humide ;
- sèche.

Le matériel nécessaire pour utiliser l'énergie thérapeutique de la lumière colorée est une torche et des filtres de couleurs :

- rouge ;
- orange ;
- vert ;
- bleu.

PATHOLOGIES APPLIQUÉES AUX MILIEUX

CHAUD	FROID	HUMIDE	SECHE
Inflammations (pathologies en –ite) Exemple: Tendinite, Otite, Pathologies hyperactives	Traumatismes, Coups, Chocs Pathologies psychiques: Dépression, fatigue excessive	Hémorragies, Suintement	Urticaire, Eczéma, Verrues


FROID
Molécules négativantes (anions)
Donneurs d'électrons
TRAUMATISMES
CHOCS
COUPS
DEPRESSIONS
FATIGUE EXCESSIVE
HEMORROGIES
SUINTEMENTS
CALMANTS & RELAXANT
LYMPHOTONIQUE,
CARDIOTONIQUE,
HORMON-LIKE
ANTI-INFECTIEUX++
LITHOLYTIQUES1
MUCOLYTIQUES
LIPOLYTIQUES2
ANTISPASMODIQUES
ANTIHISTAMINIQUES
ANTIALLERGIQUES
SEC
Molécules apolaires
HUMIDE
Molécules polaires
OETROGEN-LIKE
ANTIPARASITAIRES
EXPECTORANTS
CORTISON LIKE
ANTISEPTIQUES
ANTI-INFECTIEUX++++
IMMUNOSTIMULANTS
INFLAMMATIONS
PATHOLOGIES EN –ITE
(PHLEBITIE…)
PATHOLOGIES
HYPERACTIVES
URTICAIRE
VERRUES
ANTI-INFECTIEUX (TOUT OU RIEN)
ANTISPASMODIQUES
Molécules positivantes (cations),
Capteurs d'électrons
CHAUD
1. Ayant la propriété de dissoudre les calculs biliaires
2. Dissout les corps gras lors de la digestion. La bile et le suc ont une action lipolytique. => amincissants
Référentiel électrique d'après l'Aromathérapie exactement de P. Franchomme, R. Jollois et D. Pénoël

TRAITEMENT CHROMATIQUE

En thérapie des couleurs, on cherche à aller dans les sens de la pathologie. Ainsi, en cas de brûlure par exemple (problème chaud) on va chercher à augmenter la présence de chaud sur la zone touchée.

Concrètement, aucune chaleur supplémentaire ne sera appliquée sur la peau, mais la lumière orangée est interprétée par le corps comme étant du chaud. En réponse à cet excès de chaleur, le corps produira du froid et s'auto-corrigera de lui-même.

Une fois le diagnostic établi, le traitement est on ne peut plus simple :

Il suffit de se placer à l'abri de la lumière, dans une pièce noire ou sombre (pour éviter les interférences lumineuses).

Appliquer sur la zone à traiter la couleur adaptée au problème en allumant la torche et en plaçant devant le filtre de couleur choisi.

Se placez à environ 30 cm de la région traitée et maintenir la lumière en place pendant 4 minutes. En cas de dépression ou d'hyperactivité, par exemple, on dirigera la lumière en direction des yeux ouverts de la personne (il n'y a pas besoin de fixer la lumière).

Compléter l'application de cette couleur par 50 secondes de la couleur complémentaire :

Si vous avez appliqué de l'orange, mettez 50 secondes de bleu.

Si vous avez mis du rouge, appliquez 50 secondes de vert.

Après 4 minutes de vert, mettez 50 secondes de rouge.

Si vous avez appliqué du bleu, mettez 50 secondes d'orange.

RÉSULTATS ESCOMPTÉS

Suite à cette application de lumière, restez dans le noir pendant 20 minutes ou couvrez la zone avec un tissu noir pendant 20 minutes.

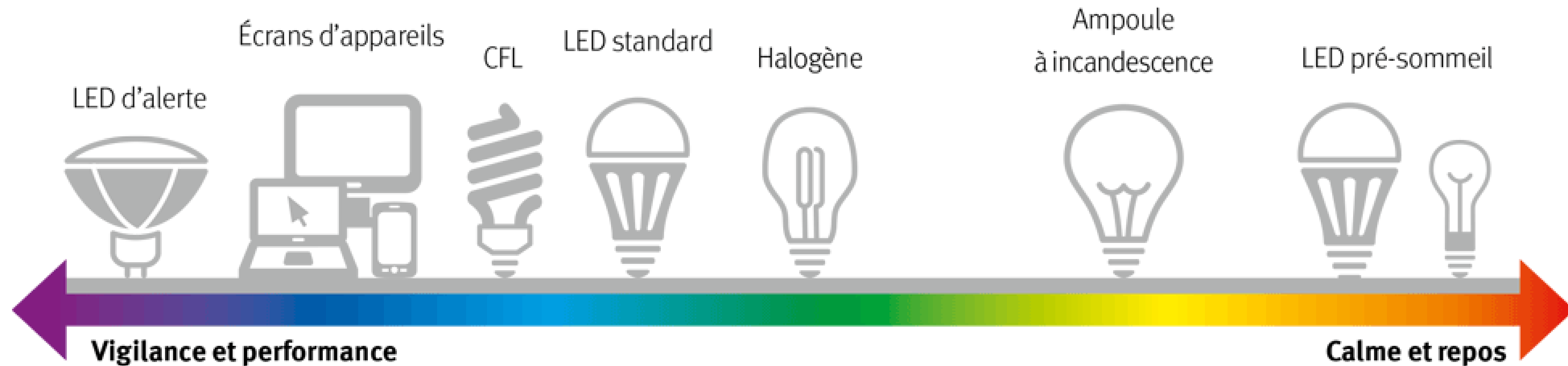
Résultats escomptés

Plus la longueur d'onde de la lumière appliquée sera proche de la longueur d'onde idéale, plus les résultats seront efficaces et rapides.

Il est ainsi possible, par exemple, de traiter des hématomes en un jour, de faire disparaître une sensation de brûlure immédiatement après s'être brûlé et de favoriser la cicatrisation (de deux à trois fois moins de temps qu'en temps normal).

Remarque : cette méthode est employée pour les problèmes superficiels. Il est possible d'obtenir des résultats sur des pathologies internes, mais le procédé sera plus complexe et moins évident à diagnostiquer. En cas de cystite par exemple, il faudra irradier de l'eau avec du bleu pendant 7 heures puis la boire tout au long d'une journée (à répéter 2 ou 3 jours de suite).

POINT DE VIGILANCE: LUMIÈRE ARTIFICIELLE



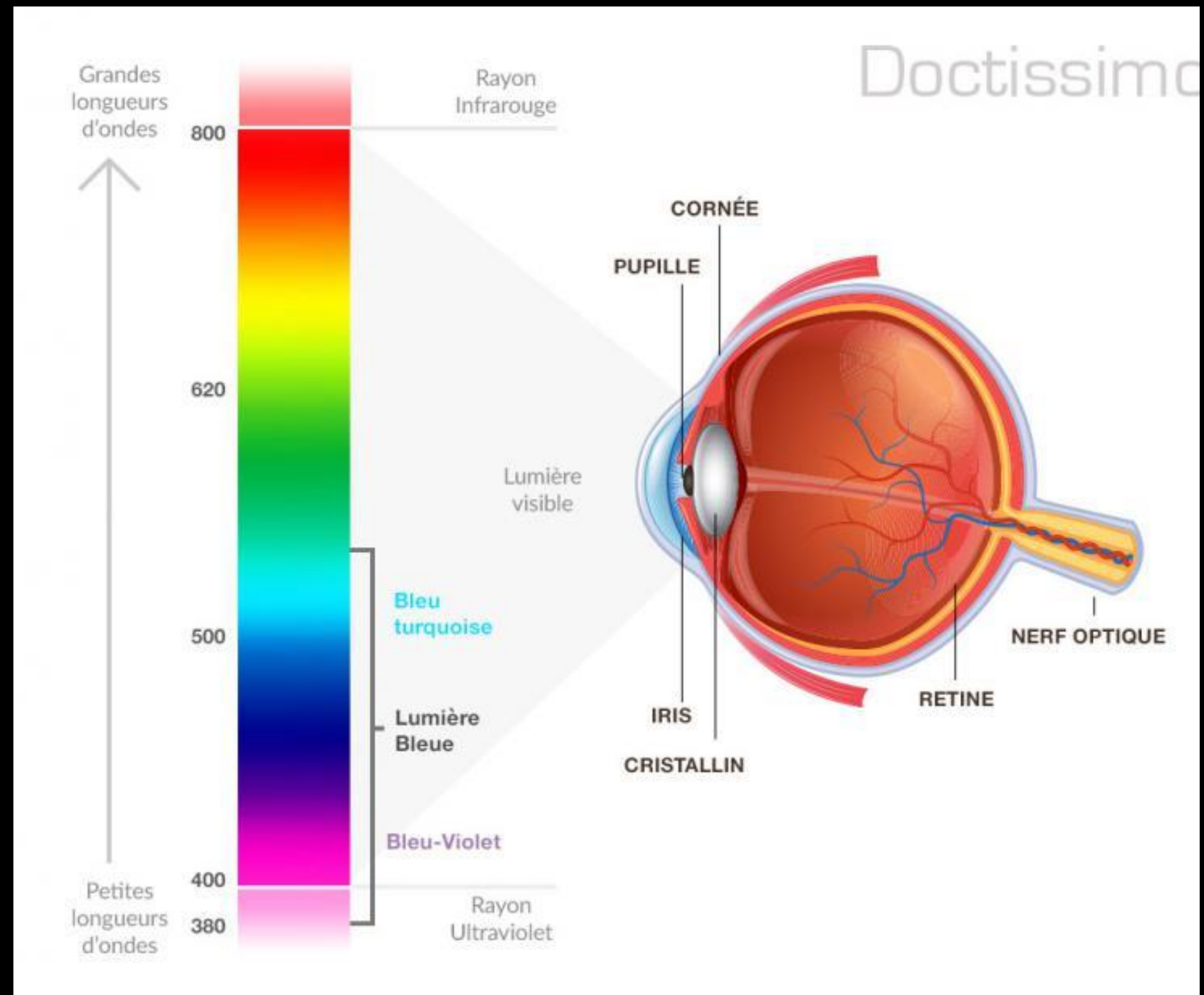
SPECTRE LUMINEUX

L'**énergie qui atteint la rétine** dans le cas de la lumière bleu-violet est plus forte que dans le cas de la lumière bleu turquoise. Les écrans tout particulièrement diffusent des pics de lumière bleue appelée **lumière à Haute Energie Visible** (ou HEV).

Il a été démontré sur un modèle in vitro de dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) que la longueur d'onde la plus toxique pour les cellules rétiniennes est située autour de 415-455 nanomètres

L'implication de la lumière bleue dans le **développement de la cataracte** est également suspectée.

Cependant, la lumière bleue peut aussi avoir des effets bénéfiques. Elle aide à nos rythmes circadiens (l'alternance veille/sommeil) et notre humeur. Cette fois-ci, c'est la lumière bleue turquoise (vers 490 nm) qui permet de recaler nos rythmes lors d'un décalage horaire. Cette dernière régule la production de mélatonine, notre "hormone du sommeil"



APPROCHE ÉNERGÉTIQUE PAR LA MÉDECINE AYURVÉDIQUE

D'après *L'aromathérapie Energétique* de Lydia Bosson

…EN FONCTION DES CHAKRAS

Rouge: Ajawan, Baie de Saint Thomas, Cannelle, Crithme marine, Cumin, Girofle, Origan, Poivre noir, Sarriette des Montagnes, Serpolet, Tamala, Tea tree, Thym saturoïde, Thym à thymol,

Rouge écarlate: Achillée millefeuille, Angélique archangélique (racine), angélique indienne, Basilic saint (Tulsi), Bois de Santal, Camomille marocaine, Carotte, Céleri, Costus, Cumin noir, Galbanum, Gingembre, Livèche, Nard de l'Himalaya, Noix de Muscade, Patchouli, Valériane, Vétiver

Orange: Amyris, Benjoin, Bergamote, Bois de Santal, Bois de Siam, Ciste, Copaiba, Gingembre, Gurjum, Jasmin, Mandarine, Néroli, Orange, Petit grain Bigarade, Petit grain Mandarine, Petit grain Combawa, Vanille, Ylang-Ylang

Jaune citron: Basilic indien, Citron, Citronnelle, Estragon, Gingembre, Ledum, Lemongrass, Leptosperme citronné, Menthe bergamote, Pamplemousse, Verveine citronnée

Jaune or: Anis, Basilic citronné, Camomille romaine, Carotte (semences), Curcuma, Eucalyptus citriodora, Eucalyptus staigeriana, Fenouil doux, Galbanum, Géranium rosat, Hélicryse italienne, Litsee, Myrte citronné, Palmarosa, Petit grain citron, Pistache, Verveine citronnée

Vert pomme: Anis, Basilic indien, Cèdre de l'Atlas (aiguilles), Estragon, Lemongrass, Leptosperme citronné, Litsee, Limette (citrus aurentifolia), Mélisse, Myrthe citronné, Verveine citronnée
Vert foncé: Basilic doux, Epinette noire et bleue, Lemongrass, Leptosperme citronné, Marjolaine des jardins, Mélèze, Mélisse, Menthe bergamote, Pins, Pistache lentisque, Pruche, Sapins, Thym à linalol

Turquoise: Cajeput, Eucalyptus radiata et smithii, Inule odorante, Laurier noble, Niaouli, Petit grain citron, Menthe verte, Myrte rouge et verte, Niaouli, Romarin à cinéol, Sauge à feuilles de Lavande, Thyms doux (chémotypes: géraniol, linalol, thuyanol), Sauge sclarée

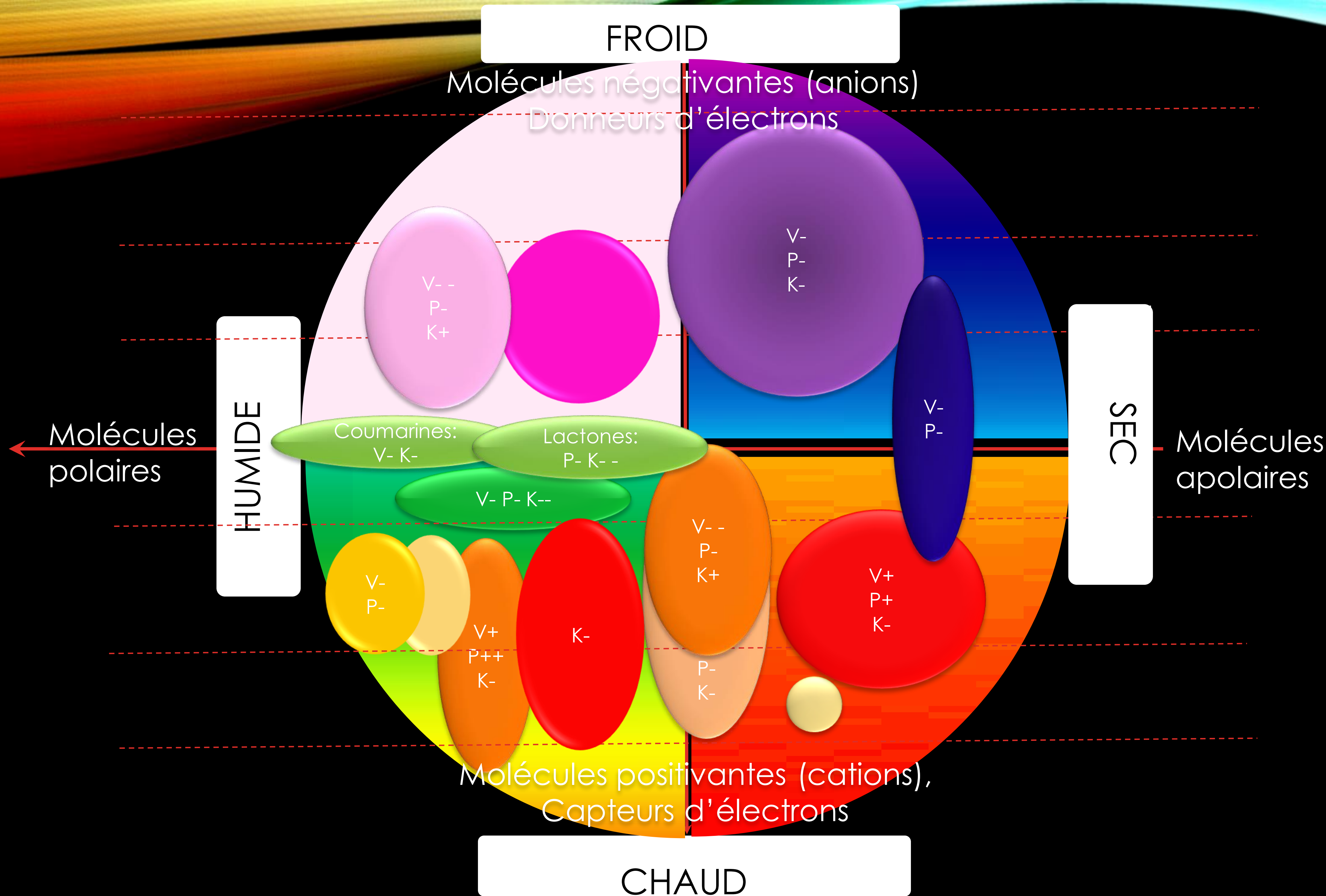
Bleu: Cajeput, Camomille bleue (Camomilla matricaria recutita, Tanacetum anuum), Cardamome, Coriandre, Elémi, Eucalyptus (sauf citriodora et staigeriana), Galanga, Laurier noble, Myrrhe, Menthes, Myrtes, Niaouli, Romarin à cinéole, Sauge à feuilles de Lavande

Indigo: Acore vrai, Aneth, Armoise, Cypriol, Epinette blanche, Eucalyptus dives et globulus, Hélicryse italienne, Hysope decumbens, Romarin à verbénone, Santaline, Sauge officinale, Tanaisie vulgaire

Violet: Cèdres (bois), Cyprès toujours vert, Encens, Genévrier des montagnes, Kanuka, Lavandes (toutes sauf var. stœchas), Manuka, Myrrhe, Rhododendron

Magenta: Ammi visnaga, Benjoin, Bois de Rose, Bois de Linaloé, Champaca, Ciste, Copaiba, Encens, Géranium bourbon, Jasmin, Kanuka, Lotus rose, Manuka, Nard de l'Himalaya, Néroli, Palmarosa, Rhododendron, Rose de Damas, Vanille

Huiles essentielles par Chakra d'après *L'aromathérapie énergétique* de L. Bosson



Référentiel électrique par Dosha d'après *L'aromathérapie énergétique* de L. Bosson

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Aromathérapie scientifique

- L'aromathérapie exactement, Fondements, démonstration, illustration et application d'une nouvelle science médicale naturelle, Pierre Franchomme, Daniel Pénoël, Roger Jollois, 2001
- L'aromathérapie quantique, Daniel Pénoël, ANNEE
- Manuel pratique d'aromathérapie au quotidien, Patrice de Bonneval et Frank Dubus, 2007

Médecine Traditionnelle Chinoise, Ayurvéda et Aromathérapie

- La Phyto-énergétique, stimulez vos points d'acupuncture par les huiles essentielles, Michel Odoul et Elske Miles, 2004
- L'aromathérapie énergétique, Guérir avec l'âme des plantes, Lydia Bosson
- Devenir un stratège de l'Evolution, Pratique intégrale du Tao, www.supranatural.fr, le site de Natarajan
- Healing Love through the Tao, Cultivating Female Sexual Energy, Mantak Chia, 1986

Philosophies

- La Nouvelle Aromathérapie, Caractériologie des essences et tempéraments humains, Philippe Maihebiau, 2011
- Philosophie holistique et modèle systémique, http://sciencetradition.forumactif.com/t224-philosophie-holistique-et-modele-sy, Patanjali, 2013
- Retour au bon sens, quand la science rejoint la tradition, Paul Meier

Psychisme

- Self consistency: a theory of personality, Prescott Lecky, 1955
- Les huiles essentielles et leurs effets sur le psychisme, Mémoire ISUPNAT, Sandrine Haton, Promotion Hyprocrate 2012
- Utilisation des huiles essentielles dans la sphère ORL: Prise en charge globale officinale, Thèse, Juliette Omeiri, Faculté de Pharmacie de Grenoble, 2015
- Comprendre et traiter une douleur physique d'origine somatique, Mémoire de fin d'étude, Formation Praticien en Santé et Bien Être, Marie-Chantal Laroque, 2010-2011

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Modes d'obtention des huiles essentielles

- Extraction et identification des huiles essentielles, Mohamed Boudiaf, Université des Sciences et de la Technologie d'Oran, 2015-2016

Olfactothérapie

- Des centaines de protéines pour reconnaître une myriade de stimuli odorants! http://gilles-sicard-olfac.monsite-orange.fr/page-5658bab448dc4.html
- https://www.jeanpierrevarlenge.com/sciences/chimie-vivant-une-si-longue-histoire/xxxv-bonnes-et-mauvaises-odeurs/
- https://www.jeanpierrevarlenge.com/sciences/chimie-vivant-une-si-longue-histoire/xxxvi-chimie-et-parfums/

Propriétés physiques

- La super hydrophobie, https://tpesuperhydrophob.wordpress.com/a-propos/
- Définition tensio-actif, http://www.futura-sciences.com/sciences/definitions/chimie-tensioactif-11288/

Rythmes biologiques

- Implication de l'horloge circadienne dans le contrôle des pulsatilités endocrines, Thèse, Isabelle Bur, Université de Montpellier, Science et Techniques du Languedoc, 2009
- L'ensoleillement, *http://www.energieplus-lesite.be/index.php?id=16759*
- Risques liés à l'exposition au soleil, *http://canadiensensante.gc.ca/*

Electromagnétisme

- Le magnétisme humain, Professeur Louis Claude Vincent, https://www.youtube.com/watch?v=XHiM77CD0uc
- La bioélectronique, une médecine de terrain, http://naturo-passion.com/bioelectronique-medecine-terrain/
- La bioélectronique Vincent, Ulrich Schreier, Association Soin de la Terre, juin 2015, màj déc 2015
- Vers l'eau parfaite, http://www.lemieuxetre.ch/eau/frame_eau_types_parfaite.htm
- Le pouvoir vibratoire des huiles essentielles, https://colibrijoyeux.wordpress.com/2016/09/10/le-pouvoir-vibratoire-des-huiles-essentielles/

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Electromagnétisme (suite)

- Les ondes électromagnétique au quotidien, http://tpeondeselectro.e-monsite.com/pages/l-onde-en-general/differents-types-d-ondes/haute-frequence.html
- Effets des ondes électromagnétiques sur le vivant, Nicolas Micallef, Steven Vallée, Maxime Woringer 2008
- Rayonnements non ionisants, Champs magnétiques et radiofréquences, La CUSSTR, vers 2009
- Vivre avec l'électrosmog, Hélène Bernet, 2011
- Rayonnements électromagnétiques, http://dbloud.free.fr/tole2.htm
- Taux vibratoire, *https://r-eveillez-vous.fr/taux-vibratoire-energetique/*

- www.refletsdelaphysique.fr, Revue Française de Physique, www.sfpnet.fr N°21, octobre 2010
- Mise à jour de l'expertise relative aux radiofréquences, Avis de l'Afsset, Rapport d'expertise collective, Edition Scientifique, Agents physiques, octobre 2009
- Analyse des champs électromagnétiques associés aux lampes fluorescentes compactes, Saisine n° 0497, Afsset, février 2009
- Actualité juridique de la prévention des risques professionnels, inrs, avril 2015

Chromothérapie

- Qu'est-ce qu'une couleur? Comparaison entre une couleur et un son, https://www.youtube.com/watch?v=FvbNrwjlrNU, Science étonnante N°25
- Faut-il vraiment porter du blanc en été? https://www.youtube.com/watch?v=BYgHbAzVDAU&feature=youtu.be&t, Dirty Biology, Scilabus
- Comment utiliser la couleur thérapie? https://luminotherapie.ooreka.fr/fiche/voir/156592/comment-utiliser-la-couleur-therapie
- Chromothérapie quantique, une nouvelle thérapie naturelle. Medecine douce, alternative et intégrative http://www.centretanagra.com/chromotherapie-quantique-lumiere.html

Physique quantique

- La désactivation quantique non locale et Désactivation sonore du stress, http://www.stressinvertone.com/productos/index.php?id=fr

A CONSULTER PLUS TARD SI BESOIN

Alimentation

- Alimentation et allergies, Catherine Pouchous, 2015, http://bienfaitsnaturopathie.over-blog.com/2015/05/alimentation-et-allergies.html

Olfactologie

- Discrimination nerveuse olfactive et représentation de l'odeur par le système olfactif, Thèse, Gilles Sicard, 1998

Chromothérapie

- Chimie et couleur 1, https://www.jeanpierrevarlenge.com/sciences/chimie-vivant-une-si-longue-histoire/xliii-chimie-et-couleur-1-de-colore/
- Chimie et couleur 2, https://www.jeanpierrevarlenge.com/sciences/chimie-vivant-une-si-longue-histoire/xliv-chimie-et-couleur-2-couleurs-v%C3%A9g%C3%A9tales/

Physiologie

- Au-delà de la cellule, http://pst.chez-alice.fr/o2la2lac.htm

Eléctromagnétisme

- Comment remonter son taux vibratoire, http://www.instant-reiki.com/forum/viewtopic.php?f=6&t=337
- Comment remonter son taux vibratoire, http://www.reiki-toulouse.net/archives/2012/12/20/26073599.html
- Elétromagnétisme, TPE 1, https://www.youtube.com/watch?v=5EU9BcWCKIQ
- Electromagnétisme, TPE 2, https://www.youtube.com/watch?v=24Mgv7b5PiE
- Dictionnaire des pierres précieuses, fines et ornementales, Les Dictionnaires

Son

- Le mythe du La 432 Hz, http://www.medson.net/432hz-mythe.html
- La science du ronronnement du chat https://www.youtube.com/watch?v=NLI-AErqAc8 , Scilabus N° 26 – YouTube,

A CONSULTER PLUS TARD SI BESOIN

Aspect et propriétés des huiles essentielles

- Aspects et propriétés des huiles essentielles, TPE Gustave Monod, https://tpe1s1aromatherapie.wordpress.com/2011/02/07/la-nature-des-huiles-essentielles-2eme-partie/

Changements climatiques

- Les cycles de Milankovitch et les changements climatiques, https://www.youtube.com/watch?v=MXcY8Cf6hsI, Sciences Etonnantes N°22

Electro-culture, Agronomie, Influence de la Musique sur les végétaux

- Preuve des effets de la musique et des aimants sur les plantes! Yannick Van Doorne, https://www.youtube.com/watch?v=EMd8ETA5mRQ
- Musique pour soigner les plantes: http://musique-pour-soigner-les-plantes.weebly.com/contact.html, Yannick Van Doorne
- Techniques et outils pour mieux cultiver la terre, http://vernoux.org/ecodyn/?page_id=345

Géobiologie

- Géobiologie: réseaux dorés, réseaux vivants, réseaux sacrés! Eric Arrault, Equilibre et Energie, https://www.youtube.com/watch?v=pXdjDF1EJeY

Cancérologie

- *Néo-Postulats biologiques et pathogéniques*, André Gernez
- *La Carcinogénèse (mécanisme et prévention)*, André Gernez
- *Le Cancer (dynamique et éradication),* André Gernez
- *Loi et Règles de la cancérisation,* André Gernez

Ondes de forme

- Ondes de forme et propriétés métapsychiques, http://messagesdelanature.ek.la/les-ondes-de-formes-agissantes-p1047710